தாய் வீடு
THAIVEEDU செப்ரெம்பர் 2009 HOME & LIVING

பதின்ம முன்வயதில் பிள்ளைகளை கேள்விகளைக் கேட்கும் நிலைக்கு பெற்றோர் ஊக்குவிக்க வேண்டும். இதைப்பற்றி பெற்றோராகிய உங்களிடம் உங்கள் பிள்ளைகள் பேசுவதில் தவறில்லை என்பதையும், இதைப்பற்றி நீங்களும் பேசத்தயாராக உள்ளீர்கள் என்பதையும் புரிய வைக்க வேண்டும். அப்படிச் செய்யத் தவறினால் புதிரான, மனதில் எழும் வினாக்களுக்கு விடைகளைத் தேட சிறுவர் தவறான வழிகளை நாட நேரிடக் கூடும்.

பக்கம் 05

பதின்ம முன்வயதினருடன் உரையாடுதல்

படம்: டிஜி கருணா



எல்லாத் திசைகளிலிருந்தும் ஒலிக்கட்டும்

இது மிருகங்கள்கூட வாழ்வதற்கு பொருத்தமற்ற இடம். சூழல் நிலைமைகளும் சுகாதார நிலைமைகளும், சுதந்திரமான மிருகங்களின் இருப்பிடத்தை விட மோசமானது. இந்த மிக மோசமான இடத்தில் ஏறக்குறைய 3 லட்சம் தமிழ் மக்களை "நலன்புரி முகாம்கள்" என்ற பெயரில் சிறைவைத்துள்ளது இலங்கை அரசு.

"தமிழீழ விடுதலைப் புலிகளிடம் இருந்து உங்களை விடுதலை செய்கின்றோம்" என்ற பெரும் கூச்சலுடன் மகிந்த அரசினால் உலக நாடுகளின் ஆதரவுடன் நடத்தப்பட்ட தமிழ் படுகொலையின் பின்னர் "நலன்புரி முகாம்களில்" தேவையான மருத்துவ வசதிகளோ, தகுந்த இருப்பிடமோ எதுவும் இன்றி அடைத்து வைக்கப்பட்டுள்ளனர். மனநிலை பாதிக்கப் பட்டவர்கள், உயிர் ஆபத்தான நிலையிலுள்ளவர்களுக்குக்கூட அதற்குரிய கவனமும், சிகிச்சையும் கிடைக்கவில்லை.

இந்தக் கொடூரங்கள் தொடர்ந்து நடந்துவரும் நிலையிலும் அந்த மக்களை இந்த கொடுமைகளில் இருந்து காப்பாற்ற காத்திரமான நடவடிக்கைகள் எடுக்கப்படவில்லை. இது எல்லாவற்றிலும் விட துயரமானதும், அதிர்ச்சியானதுமான விடயமாகும்.

இலங்கை அரசு இன்று நடத்துகின்ற எல்லா மனிதக் கொடுமைகளையும், மனிதக் கொலைகளையும் உலகம் மட்டுமல்ல இலங்கைத் தமிழ், முஸ்லீம், சிங்களக் கட்சிகளும் அதீத மௌனத்துடன் பார்த்துக் கொண்டு உள்ளனர். இவர்களின் மௌனம் மகிந்தவுக்கு இன்னும் ஆதரவானதே.

"எல்லாமே புலிகளின் தவறு. அவர்களால் தான் தமிழர்களுக்கு இந்த நிலைமை" என்று சொல்லி இலங்கை அரசின் மிகப் பெரிய மனித உரிமை மீறலை கண்டுகொள்ளாமல் இருக்கின்ற நிலைமையே உள்ளது.

இந்த நிலைப்பாடு மனித இனத்திற்கும், மனித உரிமைகளுக்கும் எதிரான நிலைப்பாடு ஆகும்.

எந்தக் காரணங்களையும் காட்டி மனிதர்களை அவர்களின் இருப்பிடத்தில் இருந்து அகற்றி அடைத்து வைப்பதற்கும், அவமரியாதை செய்வதற்கும், வன்முறைக்கு உள்ளாக்குவதற்கும், சித்திரவதை, பாலியல் வன்முறைக்கு உள்ளாக்குவதற்கும், கொலை செய்வதற்கும் எந்த ஒரு அரசுக்கும் உரிமை கிடையாது.

இதை இலங்கைத் தமிழ் கட்சிகள் உட்பட எல்லாருமே புரிந்து கொண்டு செயல்பட வேண்டும்.

பலவந்தமாக அடைத்து வைக்கப்பட்டு துன்புறுத்தலுக்கும், துன்பங்களுக்கும் உள்ளாக்கப்படும் வன்னி மக்களை விடுதலை செய்ய வேண்டும் என்ற குரல் எல்லா திசைகளிலும் இருந்தும் ஒலிக்க வேண்டும்.

'''

அட்டைப்பட மாதிரி உருவகத்திற்காக கருணா ஈசன், தமிழினி ஈசன் ஆகியோர்.

பெயர் தோற்றாத கட்டுரைகளுக்கு ஆசிரியரே பொறுப்பு. கனடியத் தமிழ் வானொலியில் ஒலிபரப்பாகி பின்னர் எமக்குத் தரப்பட்ட விளம்பரங்கள் இலவசமாகப் பிரசுரமாகின்றன. அவற்றின் சரிபிழைகளுக்கு தாய்வீடு பொறுப்பல்ல. ஏனைய விளம்பரங்கள் இலவசமல்ல. ஆக்கங்கள் அனைத்துக்கும் ஆக்கியோரே பொறுப்பு.

தமிழில் பேசுவோம்!
தமிழில் பெயர் வைப்போம்!!
தமிழில் வழிபடுவோம்!!!

BACK TO SCHOOL

பெற்றோரின் கவனத்திற்கு!

பள்ளிக்கூடத்திற்கு தேவையான ஆடைகள் மற்றும் பிறபொருள் களை வாங்குதல்

- காகிதம், Folderகள், பேனாக்கள், பென்சில்கள், Markerகள், Crayonகள் முதலியவை. குறிப்பிட்ட காலத்துக்கு அப்பாலும் வருடம் முழுவதும் விற்பனை யாகும் கடையில் வாங்குங்கள்.
- அவசியமான பொருள்களை உபரியாக வாங்கி பின்னால் வரும் தேவைக்காக வைத்திருங்கள்.
- செலவு அதிகமாவதை குறைப்பதற்கு பிரபல நிறுவனங்களின் வணிகச் சின்னம் இல்லாத பொருள்களையும் வாங்குங்கள்.
- உங்கள் வீட்டில் அலுமாரியில் குழந்தை யின் ஆடைகளின் இருப்பிற்கு ஏற்ப, பொருத்தமான ஆடைகளை (Mix and Match) வாங்குங்கள்.
- பொருள்கள் வாங்க கடைக்கு புறப்படுவ தற்கு முன் ஒரு inventory தயாரித்து, எடுத்துச் செல்லுங்கள். தேவையில்லாத பொருள்களை வாங்குவதை தவிர்ப்பதற்கு.

பள்ளிக்கூடத்தை தொடர்பு கொள்ளுங்கள்.

- உடல் பரிசோதனைகள் அல்லது நோய் கள் தாக்காமல் பாதுகாப்புகள் ஏதாவது தேவையா என்பதை கண்டறியுங்கள்.
- இந்த வருடம் ஏதாவது புதிய பதிவுகள் செய்யவேண்டுமா என்று விசாரியுங்கள்.
- உங்கள் குழந்தையின் பாடத்திட்டத்தையும் மற்றும் ஆசிரியர்களின் பெயர்களையும் தெரிந்து கொள்ளுங்கள்.
- உங்கள் குழந்தையின் நண்பர்களின் பெற்றோர்களின் பெயர்களையும் மற்றும் தொடர்பு கொள்ளவேண்டிய முகவரிகளை- யும் தெரிந்து கொள்ளுங்கள். அவசர- தேவைகளின் போது உங்களை கூப்பிடு- வதற்கு உங்கள் தொலைபேசி எண்களை பள்ளிக்கூடத்திற்கு கொடுங்கள்.
- நீங்கள் இல்லாத நேரத்தில் உங்கள் குழந்தையை பொறுப்புடன் கவனிப்பதற்கு வேறு ஆட்களை நியமியுங்கள்.

பொருள்களை வைப்பதற்கு ஒரு இடத்தை உருவாக்குங்கள் (Creating a Launching pad).

- பள்ளிக்கூடத்திற்கு செல்லும் போது எடுத்துச் செல்ல வேண்டிய பொருள்களை வைப்பதற்கென கதவுக்கு அருகில் ஒரு இடத்தை அமையுங்கள்.
- முதுகில் சுமந்து செல்லும் பைகள் (back Packs), பள்ளிக்கூட புத்தகங்கள், விளை- யாட்டு உபகரணங்கள், மற்றும் கருவிகள் போன்றவைகளை முதலிலேயே தயார் செய்துவிடுங்கள்.
- ஒவ்வொரு இரவிலும் நாளைக்கு தேவை யான பொருள்களை சேகரிக்க 15 நிமிடங் களாவது செலவிடுங்கள்.
- உங்களுக்கு பல குழந்தைகள் இருந்தால் ஒவ்வொரு குழந்தைக்கும் ஒரு cubbyஐ (சுற்றுக்கட்டான ஒரு வாய்ப்பு இடம்) பயன்படுத்துங்கள்.
- விட்டுப்போன புத்தகங்கள் மற்றும் பிற பொருள்களுக்காக காலையில் தேடுதல் வேட்டையில் இறங்கவேண்டாம்.

காலை நேர கடமைகள்.

- நேரத்திற்கு முன்னதாகவே எழுந்திருக்க தக்கவாறு அலாரம் மணியை 'set' பண்ணி வையுங்கள்.
- குழந்தைகள் பாடசாலை செல்வதற்கு முன் உங்கள் காலைநேர வேலைகளை செய்து முடித்துவிடுங்கள்.
- உங்கள் காலைநேர வேலைக்கிரமத்தை (routine) எவ்வளவு முடியுமோ அந்த அளவுக்கு சுலபமாக ஆக்குங்கள்.
- முந்தைய நாள் இரவிலேயே அவ்வப் போது இடையிடையே தேவைப்படும் வேலைகளை (Chores) செய்து முடித்து விடுங்கள்.
- குளித்தல், ஆடைகள் அணிதல், காலை நேர உணவு உண்ணுதல் மற்றும் இடைக் கால வேலைகளுக்காக ஒரு செயல்முறை அட்டவணையை முன்கூட்டியே தயார் செய்யுங்கள்.
- காலை நேரங்களில் இன்னிசை கேளுங்கள். ஆனால் T.V பார்ப்பதை தவிர்த்துவிடுங்கள்.
- ஒவ்வொரு நாளையும் உற்சாகத்துடனும் மற்றும் புத்துணர்ச்சியுடனும் ஆரம்பியுங்கள்.
- குழந்தைகள் எளிதில் அணுக கூடிய இடங்களில் காலை நேர உணவுகளை வைத்திருங்கள்.
- குறித்த நேரத்தில் பாடசாலைக்குச் செல் லாமல் இருப்பதினால் ஏற்படும் விளைவு களை சமாளிக்க கற்றுக் கொள்ளுங்கள்.



Publisher & Editor : P.J. Dilipkumar
பதிப்பாளர், ஆசிரியர் : பி.ஜே. டிலிப்குமார்

ஆலோசகர் குழு : ஞானம் லம்பேட், மாமூலன், கருணா, பொன்னையா விவேகானந்தன், சுந்தர் சின்னத்தம்பி.

தட்டச்சு : கௌரி, கௌசலா, ஜீவா, பிரியதர்சினி, மஞ்சுளா ராஜலிங்கம்.

ஒப்புநோக்கல் : சாவையம்பதி சுப்ரமணியம், கௌரி. மஞ்சுளா ராஜலிங்கம்.

வரைகலை ஆலோசனை : கருணா (டிஜி வரைகலை அமையம்)

தொடர்புகள் - For More Info : Editor
P.O.Box #63581
Woodside Square
1571 Sandhurst Cir.
Toronto, ON. M1V 1V0

Toronto விநியோகம் : கிளி (சிவராஜா)
Montréal விநியோகம் : சுகுமாரன் சின்னையா 1-514-299-3186
Ottawa விநியோகம் : அலெக்ஸ் சிவசம்பு 1-613 -276-7253

Tel : 416-646-3422, 416.400.6406
Fax : 416.849.0594
Web : www.thaiveedu.com
E-mail : info@thaiveedu.com

இலங்கைத் தமிழர்களின் துயரம் இலங்கை இராணுவம்

- அ. கணபதிப்பிள்ளை -

இலங்கை வரலாற்றில் இலங்கையில் தமிழர்களின் உரிமைப் போராட்டங்களை உருவாக்கக் காரணமாயிருக்கின்ற இலங்கையின் இராணுவம் தான் இலங்கைத் தமிழர்களின் துயரம் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

இலங்கையைப் பொறுத்தவரை சுதந்திரத்திற்குப் பின்பாக ஏற்படுத்தப்பட்ட குடியரசு அரசியற் திட்டங்களும் சரி அதற்கு முன்னைய தசாப்தங்களில் பரித்தானியர் விட்டுச் சென்ற கோல்புறூக், டொனமூர், சோல்பரி அரசியல் திட்டங்களும் சரி பெரும்பான்மை ஜனநாயகத்துக்கே வழியேற்படுத்திக் கொடுத்திருந்தன.

பெரும்பான்மை அரசியலில், பெரும்பான்மையினரின் நலம் பேணுவதற்காக உருவாக்கப்படும் சட்டங்கள், அரச படைகளைப் பயன் படுத்திச் சிறுபான்மையினரை அடக்குவதற்கு உதவியாக இருந்தன. சிறுபான்மையினரின் எத்தகைய ஒப்புதலும் சம்மதமும் கேட்கப் படாமலேயே பெரும்பான்மையினருடைய விருப்பு வெறுப்புக்கு ஏற்ப ஏற்படுத்தப்படும் சட்டங்கள் சிறுபான்மைத் தமிழர்களை ஆயுதத்தின் மூலம் அடக்குவதற்கு அடிப்படை ஆதாரத்தினை வழங்கி வந்திருக்கின்றன.

இருகட்சி ஆட்சி நடைமுறையிலிருக்கும் இலங்கை போன்ற பெரும்பான்மை ஜனநாயக ஆட்சியில் சிறுபான்மைச் சந்தர்ப்பவாதிகளுடைய ஆதரவைப் பெற்றுக்கொள்ளுவதன் மூலம் ஏதாவது ஒரு கட்சி ஆட்சியினைப் பிடித்துக்கொள்ளுகின்ற நடைமுறையே செயற்பாட்டில் இருந்து வருகிறது. ஏதாவது ஒரு கட்சி செய்யப்போகும் சிறுபான்மையினர் நலம்பேணும் நல்ல விடயங்கள் மற்றைய கட்சியினால் தடை செய்யப்படும் உபாயம் பின்பற்றப்படுவதனையே சுதந்திரகால வரலாறு தெளிவாக எடுத்துக்காட்டுகிறது. இராணுவ அடக்கு முறையிலிருந்து விடுபட எடுக்கப்படுகின்ற ஒப்பந்த நடவடிக்கைகள் மற்றைய பெரும்பான்மைக் கட்சியினால் முற்றாக நிராகரிக்கப்படுவதனால் சிறுபான்மையினரின் நலன் பேணுவதிலும் மாற்றத்தைக் கொண்டுவருவதிலும் தடை ஏற்படுகிறது. ஒரு கட்சி மறுத்துரைக்கும் எந்த செயற்பாட்டுக்கும் மற்றைய கட்சி நியாயம் கேட்கப்போவதில்லை. அரசியலில் செல்வாக்குக் குறைந்துவிடும் என்பதற்காக மற்றைய கட்சியை விடக் குறைந்த அளவினையே சிறுபான்மையினருக்குச் செய்வதில் தனது பங்களிப்பினைச் செய்கின்றது. இவ்விதமாகவே கழுதை தேய்ந்து கட்டெறும்பாகியதுபோல் ஒற்றையாட்சியின் கீழ் 50க்கு ஐம்பது என்ற உரிமைக்குரல் இன்று தேய்ந்து போய்விட்டதுடன் பெரும்பான்மை தருவதை ஏற்க வேண்டும் என்ற கட்டாயத்துக்கும் அதன் வழியாக தமிழர்களுக்கு எந்தவிதமான தீர்வும் தேவையில்லை என்ற நிலைக்கும் தமிழர்களைக் கொண்டு வந்துவிட்டது இதுதான் இருகட்சிப் பெரும்பான்மை அரசியற் சித்தாந்தம் தமிழர்களுக்கு வழங்கி வந்த எதிர் மறையான பயனாக இருக்கிறது.

இந்த இருகட்சி அரசியற் சித்தாந்தத்தின் பலன்கள் முற்றுமுழுதாகக் கிடைக்க வேண்டுமாயின், அது ஒரு தேசிய இனத்தினை மட்டும் கொண்டதொரு நாட்டுக்குப் பொருத்தமானது அல்லது பலதேசிய இனங்கள் குறைந்தளவாவது சம அளவிலான விகிதாசாரத்தைக் கொண்டிருக்கும் பொழுது இரண்டாவது அணி மூண்றாவது அணி என்றதொரு கருத்தியற் செயற்பாட்டினுள் உள்ளடக்கப்டு கிறது. இலங்கை போன்ற பல தேசிய இனங்கள் சிறிய விகிதாசாரத்தில் உள்ளடக்கப்பட்டிருக்கும் பொழுதிலும், விகிதாசாரப் பிரதிநிதித்துவம் நடைமுறையிலிருக்கின்ற சந்தற்பத்திலும், கோட்பாட்டினடிப்படையில் சிறுபான்மையினரே அரசாங்கத்தை உருவாக்குவதில் தீர்மானிக்கும் சக்தியாக உருவெடுக்கின்றனர் ஆனால் நடைமுறையில் வாக்குகள் விலைக்குவாங்கப்படுவதாலும் அரசியல் பேரத்துக்குள் தமிழர்கள் சிக்கிக் கொள்வதாலும் கட்சி தாவும் நடைமுறை பேணப்படுவதாலும் தமிழர்நலம் பேணாத தமிழர்கள் அமைக்கப்படும் அரசாங்கத்தில் இணைவதாலும் சிறுபான்மைத் தமிழர் நலம் பேணும் கட்சிகள் வேண்டுமென்றே புறக்கணிக்கப் படுவதாலும், சிறுபான்மைத் தமிழரின் குரல் எடுபடாமற் போய்விடுகிறது. இத்தகைய உறுதியற்றதும் ஊழல் நிறைந்ததுமான அரசியற்கட்டமைப்பின் கீழ் புதிய அரசியல் ஒழுங்கு ஒன்று தேவைப்படுகிறது.

புதிய அரசியல் ஒழுங்கினை ஏற்படுத்துகின்ற முயற்சியில் தமிழர்கள் ஏற்படுத்திய போராட்டங்களும் வழிமுறைகளும் இராணுவத்தைக் கொண்டு அடக்கப்பட்டு வந்தமையினை சுதந்திரகால வரலாறு தெளிவாக எடுத்துக் காட்டுகிறது. இராணுவ அடக்குமுறையிலிருந்து விடுபட எடுக்கப்படுகின்ற நடவடிக்கைகள் எடுக்கின்ற வடிவம் சுதந்திரப் போராட்டம் என்ற உருவகத்தைப் பெற்றிருந்தது.

காலிமுகத்திடல் சமஷ்டிக்கட்சியின் இரும்பு மனிதர் என அழைக்கப்பட்ட நாகநாதன் உட்பட தந்தை செல்வா நடாத்திய தார்மீகப் போராட்டம் துப்பாக்கியின் பிடியினால் அடித்து நொருக்கப்பட்டது. இரும்பு மனிதனின் நெஞ்சில் அடிக்கப்பட்ட அடி அவரது உயிருக்கு உலைவைத்திருந்தது. அதே காலி முகத்திடலில் இந்தியப் பிரதமர் ராஜீவ் காந்திக்கு இலங்கை இராணுவத்தால் விழவிருந்த அடி சற்று தவறியதும், ராஜீவ்காந்தி சாதுர்யமாக தன்னை விடுவித்திருந்ததும், அது இந்தியக் குடிமகனுக்குச் சுதந்திர உணர்வை வழங்கத் தவறியிருந்தமையும், இலங்கைத் தமிழனின் வாழ்வில் பரிதாப அத்தியாயத்தைத் தோற்றுவித்திருந்தது.

சமஷ்டிக்கும், சமஷ்டிக் கட்சியினருக்கும் விழுந்த இராணுவ அடி தமிழன் ஒன்றுபட்ட கூட்டணி உருவாக்குவதற்கு வழிவகுத்தது. மலையகத்தமிழன், மட்டக்களப்புத் தமிழன், யாழ்பாணத் தமிழன், காங்கிரஸ் தமிழன், தமிழரசுக்கட்சித் தமிழன் என்றெல்லாம் பிரித்துவைக்கப்பட்ட தமிழனின் கண்திறந்தது. ஒற்றுமைப்பட்ட கூட்டணி உருவானது. கூட்டணியின் இளைஞர் அணி உருவாகிய பொழுது இராணுவத்தின் கைவரிசை மீண்டும் தொடர்ந்தது. பதின்னாலாம் மாடியின் விசாரணையும் அதன் வழி இளைஞர் மரணங்களும் மலிந்த காலத்தை உருவாக்கிய இரா ணுவ செயற்பாடுகள் தமிழர்களைக் கருவிகளாக வைத்து உருவாக்கப்பட்டது.

சிறையில் அடைக்கப்பட்டவர்களும் அடித்துக் கொல்லப்பட்டவர்களும் போக மிகுதியானவர்களில் ஒருசிலர் வெளிநாடுகளுக்குத் தப்பி ஓடினார்கள். அதுவே இலங்கைத் தமிழனின் முதலாவது புலப்பெயர்வுக் காலகட்டத்தை உருவாக்கியது. அந்தப் புலம்பெயர் தமிழன் உருவாக்கியிருந்த சிறியதொரு அக்கினிக் குஞ்சு ஆயுதப் போராட்டம் என்றதொரு புதிய வடிவத்துக்கு வழிவகுத்திருந்தது.

இயற்கையில் முப்பது ஆண்டுகாலச் சுழற்சி சனி என்றொரு கிரகம் சூரியனை சுற்றிவர எடுக்கும் காலப்பகுதி இயற்கையில் ஏற்படும் புதிய மாற்றம் மரங்களின் வளையங்களில் பிரதிபலிக்கிறது. அந்தத் தடயங்கள் எந்தக் காலத்திலும் மறைவதில்லை. இருக்கும் நாற்காலியிலும் படுக்கும் கட்டிலும் வளையங்களின் பிரதிபலிப்பு காலத்தின் கோலத்தை நினைவூட்டிக் கொண்டேயிருக்கும். அத்த கையதொரு இயற்கையின் சுழற்சிதான் ஈழப் போரும் அதன் ஒரு வளையமும்.

மீண்டும் ஒரு சுழற்சி அது முதலிலிருந்தா? இடையிலிருந்தா?. இந்தக் கேள்வி இன்று எல்லோரது மனங்களிலும் தோற்றம் பெறும் ஒன்று. இயற்கையின் அடுத்ததொரு தோற்றப்பாடு ‘சூரிய களங்கம்’ அதன் சுழற்சி பதினொருவருடம், மூன்று வருடம், ஒருவருடம் என்று காலநிலையில் மாற்றத்தை ஏற்படுத்தி சிறிய வட்டங்களுக்கு வழியேற்படுத்தும். அதுவும் மரங்களில் வளையங்களாகப் பிரதி பலிக்கும் தன்மை கொண்டன. இயற்கையின் செயற்பாடுகளுக்கும் மனதில் ஏற்படுத்தும் மாற்றங்களுக்கும் எந்தவிதமான வேறுபாடுகளையும் காணமுடியாத உருவக ஒற்றுமை உண்டு.

சீனாவின் துயரம் என வர்ண்ணிக்கப்படும் குவாங்கோ என்ற மஞ்சள் நதி, தான் போகும் இடங்களை எல்லாம் மஞ்சளாக்கி, பசுபிக் சமுத்திரத்தில் அது கலக்கும் இடத்தையும் மஞ்சள் கடலாக்கி, இயற்கை மானிடத்துக்குப்பாடம் சொல்லிக் கொண்டிருக்கிறது. இலங்கையில் ஓடும் மஞ்சள் ஆறு தான் இலங்கை இராணுவம். இரத்த வெள்ளத்தைக் காலத்துக்கு காலம் காட்டி, இரத்த நாகரீகத்தை இலங்கைக்கு அறிமுகப்படுத்திய புதியதொரு கலாசாரம்தான் இலங்கை இராணுவ கலாசாரம். இதனைச் சீன நாகரீகத்தின் தொட்டிலான குவாங்கோ நதியுடன்

6ம் பக்கம் பார்க்க...

> **“ சீனாவின் துயரம் என வர்ணிக்கப்படும்**
> **குவாங்கோ என்ற மஞ்சள் நதி,**
> **தான் போகும் இடங்களை எல்லாம்**
> **மஞ்சளாக்கி, பசுபிக் சமுத்திரத்தில் அது**
> **கலக்கும் இடத்தையும் மஞ்சள் கடலாக்கி,**
> **மானிடத்துக்கு பாடம் சொல்லிக் கொண்டிருக்கிறது.**
> **இலங்கையில் ஓடும் மஞ்சள் ஆறு தான்**
> **இலங்கை இராணுவம்.**
> **இரத்த வெள்ளத்தைக் காலத்துக்கு காலம் காட்டி,**
> **இரத்த நாகரீகத்தை இலங்கைக்கு**
> **அறிமுகப்படுத்திய புதியதொரு கலாசாரம். ”**

பதின்ம முன் வயதினரின் வளர்ச்சிப் படிநிலைகள்

மூன்றெழுத்து கெட்டவார்த்தை

பாகம் - 6


சிவவதனி பிரபாகரன்

'Sex' என்ற வார்த்தையையே கேட்கக் கூடாத கெட்டவார்த்தை என கூச்சத்தோடு ஒதுங்கும் கலாச்சாரப் பின்னணியுடையவர்கள் தமிழர்கள். அந்தரங்க விடயங்களை நாகரீகமாக புறமொதுக்கி அழகான பண்பாட்டோடு வாழ்ந்த வரையறை வாழ்வினர் என்ற பெருமையும் அவர்களுக்கு உண்டு.

ஆனால் இன்று எம் தமிழர்கள் புலம் பெயர்ந்து வாழும் சூழல் அத்தகையதல்ல. பல்லினகலாச்சார மக்களும் வாழும் கனடா போன்ற மேற்குலகக் கலாச்சாரம் மேலோங்கி நிற்கும் மேன்நாட்டுப் புறச்சூழலில், இளம் சிறுவர்கள் கண்ணில்படும் புற உலகானது, அந்தரங்கம் என நாம் கருதி மறைத்து ஒதுக்கி வைத்தவவற்றை வெகு இயல்பாக அம்பலப்படுத்தி வெளிச்சம்போட்டுக் காட்டுகின்றமையை தடுத்து நிறுத்த முடியாதுள்ளது. பாடக் கல்வியிலிருந்து தொலைக்காட்சிகள், பத்திரிகைகள், நூல்கள், இணையத்தளங்கள், திரைப்படங்கள் என திரும்பிய திசைகளிலெல்லாம் நாம் கூச்சத்தோடு ஒதுக்கிய பாலியல் காட்சிகள் சிறுவர்கள் கண்களில் தென்படும் வகையில் திறந்த புத்தகமாக உள்ளன. குறிப்பாக பாதையோர விளம்பரப் பலகைகளில் அரைகுறை நிர்வாணம் பளிச்சிட்டுக் காட்டப்படுவதை சிறுவர்கள் பார்க்காதிருக்க முடியாது. பருவ வயது எய்து முன்பான பதின்மமுன் வயதுச்சிறாரான 9-10 வயதுவரையான இச்சிறுவர்களுக்கு பாலியல் உறவுமுறை குறித்த அறிவு ஓரளவுக்கு சரியான விளக்கங்களோடோ அல்லது தவறான கருத்துக்களோடோ எட்டி விடுவதனை தவிர்க்க முடியாது. அது குறித்தவிடயங்களை அவர்கள் பெற்றோரோடு பகிர்ந்து கொள்கின்றார்களா இல்லையா என்பது வேறு விடயம். எனினும் இவ்வயதுச்சிறாரிடையே இதுவரையில் பாலியல் உறவுகள் குறித்த அறிவு சற்றேனும் இல்லாத சிறாரும் இருக்கவே செய்கின்றனர்.

'Misinformation is just plain dangerous!' என்பர். தவறான தகவல்கள் ஆபத்தானவையாதலால் சிறுவர்களுக்கு சரியான தகவல்கள் ஊட்டப்படுவது அவசியமானது. அறிவு என்பது அறியாமை என்னும் இருளைப் போக்கும் ஒளி. ஆதலால் எந்த விடயமானாலும் அது குறித்த அறிவைப் பெற்றிருப்பின் அது சார்ந்த அறியாமையால் ஏற்படும் ஊறுகளைத் தவிர்த்துக்கொள்ளலாம்.

பெரியவர்களை விட இன்றைய சிறார்கள் ஆபாசக்காட்சிகளை அதிகம் பார்க்ககூடிய சூழலில் வாழ்கின்றனர். கணினி வலை உலகைச் சிறிதாக்கி உள்ளங்கையில் வைத்துள்ள நிலையில் உலக நடப்புகளில் ஒன்றாக ஆபாச விடயங்களும் இலகுவில் சிறாரின் பார்வையில் விழுந்து விடுகின்றன. சரியான அறிவைப் பெற்று முழுமையான தகவலைப் பெறாத நிலையிலுள்ள சிறுவர்கள் இலகுவில் தவறான பாதையில் செல்லத் தூண்டப் படுகின்றனர். கனேடிய பாடக்கல்விமுறையில் 'Sex education' பகுதியில் 'Sex என்றால் என்ன?', 'எம் உடலில் ஏற்படும் பருவமாற்றங்களின் செயற்பாடுகள் என்ன?', 'எங்ஙனம் பாதுகாப்பான முறையில் சரியான பாலியல் உறவை வைத்துக்கொள்வது?' என்பன போன்ற விடயங்கள் அடிப்படையாக புகட்டப்படுவதோடு அவற்றை தத்தமது பிள்ளைகளுடன் கலந்துபேசி அறிவுறுத்தும் பொறுப்பானது பெற்றோரிடம் வழங்கப்பட்டுள்ளது.

இத்தகைய அறிவுறுத்தல்க் கல்விமுறைமையில் எல்லாவற்றையும் சரியென ஏற்றுக்கொண்டாலும் கூட இறுதியாகச் சொல்லப்பட்ட விடயம் தமிழர்களாகிய எங்களுக்க ஏற்புடையது அல்ல என்பது மறுக்கமுடியாத தொன்றாகவுள்ளது.

Sex வைத்துக்கொள்வது என்பது High School போகும்போது பதின்ம வயதினரின் உரிமை என்றும், அது அவர்களின் தனிப்பட்ட விடயம் என்றும், தவிர்க்க முடியாத ஒன்று என்றும், எனினும் பாதுகாப்பான பாலியல் உறவுமுறையை வலியுறுத்துவதே பாலியல் கல்வியின் பிரதான நோக்கம் என்றும் குறிப்பிடும் கனேடிய பாலியல் கல்வி முறைமையானது, திருமணத்தின் பின்னான புனித உறவு முறைமையே தாம்பத்தியம் எனக்கருதும் உயரிய கலாச்சார மேன்மைபெற்ற தமிழர்களுக்கு சற்றே சங்கடத்தையும் விசனத்தையும் ஏற்படுத்துமொன்றாக உள்ளமையானது உண்மையானதாகும்.

> "அறிவு என்பது
> அறியாமை என்னும் இருளைப் போக்கும் ஒளி.
> ஆதலால், எந்த விடயமானாலும்
> அது குறித்த அறிவைப் பெற்றிருப்பின்,
> அது சார்ந்த
> அறியாமையால் ஏற்படும் ஊறுகளைத்
> தவிர்த்துக்கொள்ளலாம்."

எமது சிறுவர்கள் கனேடியச் சிறுவர்களாக இருக்கலாம் எனினும் அவர்களை தமிழர்களின் பண்பாட்டைக் கடைப்பிடிக்கின்ற ஒழுக்கத்தைப் பேணும் தமிழ்ச்சிறாராக வாழவைக்க வேண்டுமென்றால் முதலில் அவர்களுக்கு தாம் பண்பாட்டுச் செறிவுடைய நற்தமிழர் என்ற உணர்வை பெற்றொர் மழலைப் பருவத்திலிருந்தே ஊட்டவேண்டும். இங்ஙனம் நற்கருத்துகளை ஊட்டும்பட்சத்தில் இத்தகைய சவால்களை உரிய வயதுகளில் எதிர் நோக்கும் போது பெற்றோருக்கு அவற்றைக் கையாளுதல் இலகுவாகும்.

'Sex' என்பது புனிதமான தாம்பத்தியக் கலவிமுறையாக கருதப்படவேண்டும் என்ற அறிவுரையை தம் பதின்ம வயதுச்சிறார்க்கு புகட்டுவதோடு வாழ்வில் இளையவர்களாக வாழும் குறுகியபருவப் பொழுதுகளை சிற்றின்ப வேட்கையில் வீணடிக்காமல் சாதனைப் பருவமாக வளப்படுத்த ஊக்கமளிக்க வேண்டும். சாதிக்கவேண்டிய எத்தனையோ ஆயிரம் விடயங்கள் உள்ளன என்பதைச் சுட்டிக் காட்டி சிற்றின்ப காம உணர்வுகளுக்கு அவர்கள் அடிமையாகாமல் ஆக்கபூர்வமான விடயம்களின் பால் அவர்களின் கவனத்தை திசைதிருப்பி விடுவதே பெற்றொரின் பாரிய கடமையாகும்.

உடலில் ஏற்படும் பருவமாற்றம் தன் செயற்பாடுகளைச் செவ்வனவே செய்து, தவறான பாதையில் பயணிக்க தூண்டவே முயலும். ஆனால் மனித மனதின் மகோன்னத சக்தியின் வலிமையானது இத்தகைய சிறிய சலசலப்புகளிற்கு கலைந்து போகக்கூடியதல்ல. ஒவ்வொரு மாணவனும் சுவாமி விவேகானந்தர் போன்ற அறிஞர்களின் நூல்களைக் கற்று தனது மனவலிமையை பெருக்கி உறுதிப்படுத்த பெற்றோர் உதவ வேண்டும். நற்சிந்தனைகளை புகட்டும் நூல்களை அவர்கள் சிறுவயது முதலே விரும்பிக்கற்க ஊக்குவிக்க வேண்டும்.

மிருகங்களுக்கும் மனிதர்களுக்குமுள்ள வேறுபாடானது மனித மனதின் அளப்பரிய ஆற்றலாலேயே நிர்ணயிக்கப்படுகின்றது. ஆறறிவு படைத்த மனிதனின் சிந்தனைப்பக்குவமானது மனதுள் ஆர்ப்பரிக்கும், அலை மோதும் ஆசைகளைக் கட்டிப்போடும் வல்லமை படைத்தது. சாதிக்க கிடைத்த பருவத்தை சாக்கடையில் உழலவிடாமல் சீரியநெறியில் வாழப்பயன்படுத்த வேண்டும் என்ற வாழ்க்கைநெறியை சிறுவயதிலிருந்தே போதித்து வளர்க்கும் பெரும் பொறுப்பு புலத்தில் வாழும் தமிழ்பெற்றோருக்கு அதிகமாகவே உண்டு.

"கனேடிய கலாச்சாரம் எங்ஙனம் வேண்டுமானாலும் இருக்கட்டும். அதை மதிக்கத்தான் வேண்டும். ஆனால் தமிழரின் கலாச்சாரம் இத்தகைய சிறப்புடையது. இதையே தமிழ்ச்சேயாகிய நான் இறுதி வரைக் கடைப்பிடிப்பேன்" என மார்தட்டிச்சொல்லும் ஆளுமை தமிழ்ச்சிறாரிடையே சிறுவயதிலிருந்து உருவானால் மட்டுமே வாழ்வில் நெறிபிறழாது வாழ்தல் சாத்தியமாகும். அதற்கு முதற்கண் பெற்றோர் நல்ல பண்பாடுடைய தமிழர்களாக வாழ்ந்து காட்டுவது அவசியமாகும். அதுமட்டுமல்ல தம்மைத் தமிழர் எனச் சொல்லிக்கொள்வதில் பெருமிதம் அடையும் தமிழ்மானமுள்ள பெற்றோராகவும் ஆளுமையும் சுயமதிப்புமுடையவராக வாழ்ந்து காட்டுவதும் அவசியமாகும்.

ஒருவன் தன் வாழ்நாளில் கற்கவேண்டிய மிகப்பெரிய சமூகக்கடன் தனது தாய்மொழியைக் காக்க அரும்பாடு படுதலாகும். மூத்தமொழியான தமிழ்மொழி அழியாதிருக்க வேண்டுமாயின் அதனை இன்றைய சிறார் பொறுப்புணர்வொடு பேணிப்பாதுகாக்க நல்ல தமிழராய் வாழ்ந்துகாட்ட முயல்தலிலேயே தங்கியுள்ளது. அதற்கும் மேலாக எமது பிள்ளைகள் தவறான நெறியைப் பின்பற்றாதிருக்கவும் தமிழ் கலாச்சார நெறி உதவுகின்றது. எனவே உங்கள் குழந்தைகளைப் பாதுகாக்கவேனும் நல்லதமிழ்பற்றாளராக அவர்களை வளர விடுங்கள்.

கதைக்கப்பட வேண்டிய சில அந்தரங்க விடயங்கள்

பதின்மமுன் வயதுச் சிறாருடன் கதைக்கப் பட வேண்டிய சில அந்தரங்க விடயங்கள் எவை என இனிப் பார்ப்போம்..

உடலில் ஏற்படும் பருவ மாற்றங்கள்:

இதுவரை இல்லாத மாற்றங்கள் தம் உடலில் ஏற்படுகையில் சில சிறார்கள் மனஅதிர்ச்சி, மனவேதனை, மனச்சங்கடம் போன்ற மனக் குழப்பங்களுக்கு உள்ளாவதுண்டு. இதுபற்றி பெற்றோருடன் கலந்து பேசிக்கொள்ள முடியாத சிறாருக்கு இக்குழப்பங்கள் பாரிய உளவியல் தாக்கங்களையும் உண்டு பண்ணவல்லதாகின்றது. எதுவாயினும் வரும்போது பார்த்துக்கொள்வோம் என இருந்துவிடாமல் பருவம் வருமுன்பே குழந்தைகளை தயார் படுத்தும் வகையில் உடலியல் சார் மாற்றங்கள் குறித்த விடயங்கள் அவர்களுக்கு விளக்கப்படவேண்டும்.

கருத்தரிப்புச் செயற்பாடு:

"இதனைச் சிறார்களிடம் சொல்லுவது தேவை தானா?" எனப் பல பெற்றோர் ஆதங்கப்படுகின்றனர். "தாமாக அறிய வேண்டிய காலத்தில் அறிந்துகொள்வர்தானே... எதற்கு நாமாக அவர்களுக்கு தேவையில்லாத விடயங்களை சொல்லிக்கொடுத்து கள்ளமில்லாத மனதில் வேண்டாத சிந்தனைகளைத் தூண்டிவிட வேண்டும்." எனப் பல தமிழ்ப் பெற்றோர் கருத்துத் தெரிவித்து வருகின்றனர். ஆனால் கனேடிய பாலியல் கல்வி முறைமையில் பதின்ம முன் வயதுச் சிறார்களுள் குறிப்பாக 10-12 வயதுச்சிறார்கள் இது குறித்து அறிவு

18ம் பக்கம் பார்க்க...

இலங்கைத் தமிழர்...

25ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

ஒப்பிடுதல் எத்துனை கொடுமையானது. மஞ்சளாறு கடலை மஞ்சளாக்கியது போன்று இலங்கை இராணுவமும் இலங்கையைச் சிங்கள மயமாக்கத் துடிக்கிறது. வடக்குக் கிழக்கிலிருக்கும் சிங்கள இராணுவத்துக்கு குடியிருக்க வீடுகள் அமைத்து, அவர்களது மனைவி மக்களை வரவழைத்து அவர்களுக்கு படிக்கச் சிங்களப் பாடசாலைகள், கும்பிடப் புத்த விகாரைகள், அவர்கள் பகுதிநேரத்துக்குத் தொழில்புரிய பல்வேறு நிறுவனங்கள் என்றெல்லாம் உருவாக்கினால் இராணுவ நதியின் தமிழனைத் தன்மயமாக்கும் கொள்கை மஞ்சளாற்றைவிட மகத்தான சாதனையைச் செய்துவிடும். அதைவிட இன்னமும் ஐம்பதாயிரம் இராணுவத்தினர் வடபகுதிக்கு அனுப்பி வைக்கப்போகிறார்களாம் என்ற செய்தி ஐந்து மடங்கு தமிழர்களாவது அழிக்கப்படுவர் அல்லது சிங்களமயமாக்கப்படுவார்கள் என்றதொரு செய்தியை வெளியிடத் தவறவில்லை.

கனடாவில் இத்தகையதொரு பேச்சும் கருத்தும் இனத்துவேஷம், படிவார்ப்புக் கருத்துக்கள் என்ற வரையறைக்குள் உட்படுத்தப்படுபவை. அது மற்றைய மனங்களுக்கும் பரவக்கூடியது என்றுதொரு வகையில் எண்ணப்படும் பரந்த மனப்பான்மை அதற்கு அடிப்படையாகவிருந்தது. இனங்களின் உரிமை பேணப்படும் சித்திரப்பாணியினைக் கனடா பின்பற்றும் மகத்தான செயற்திறன்தான் அதற்குக் காரணம்.

இந்நிலை இலங்கையில் இருந்ததா?

மணலாறில் சிங்கள மக்கள் குடியிருப்புக்கள் மன்னாரில் சிங்களவர் குடியேற்றம், யாழ்ப்பாண உயர் பாதுகாப்பு வலயத்தில் தமிழர் காணிகளில் சிங்களவர் குடியேற்றமும், அவர்கள் மரக்கறி செய்து யாழ்பாண மக்களுக்கே விற்பனை செய்யும் பரிதாபநிலை. இதனையெல்லாம் தமிழர்கள் எடுத்துக்காட்டவில்லை. அப்படி எடுத்துக்காட்டியிருந்தால் அது இனத்துவேசம். பெரும்பான்மையின் இரண்டாவது கட்சியும் புதிதாக உருவாக்கம் பெறும் மூன்றாவது சிங்கள அணியும் எடுத்துக் காட்டுகின்றன. ஏனென்றால் எதிற்கட்சியான எங்களை ஏன் யாழ்ப்பாணத்துக்கும் வன்னிக்கும் விடுகிறீர்களில்லை என்ற ஆதங்கத்தினால் வெளிவந்த உண்மைகள் அதுமாத்திரமல்ல அடுத்த ஜனாதிபதித் தேர்தலில் எதிர்க்கட்சியினர் புறந்தள்ளப்படும் நிலை தோன்றும் நிலையில் வெளிவரும் உண்மைகளும்கூட.

தமிழ் விடுதலைப் போராளிகளை ஒடுக்க அமெரிக்கப் பயிற்சியாளர்கள் ஏனைய வெளி நாட்டவர்கள் பங்குபற்றியதையெல்லாம் மறைத்து ஒற்றுமைப்பட்டு நின்ற சிங்களப் பெரும்பான்மையும் அதன் அரசியல் வாதிகளும், தங்களுடைய அரசியல் இலாபத்துக்காக வெளியிடும் இந்த உண்மைகள் இன்றைய காலகட்டத்தில் தமிழனுடைய கையாலாகத் தனத்தில் மேல் கட்டப்படும் ஒரு மாளிகை என்பதனை எல்லோரும் உணர்ந்து கொள் வார்கள்.

அத்தகையதொரு செயற்பாடுதான் பிரித்தானியாவின் 'சனல் நான்கு' தொலைக்காட்சியில் வெளிவந்த கையடக்கத் தொலைபேசியின் மூலம் எடுக்கப்பட்டதாகக் கருதப்பட்ட படம். கண்கள் கட்டப்பட்ட நிலையில் சிங்களம் பேசும் இராணுவத்தால் சுட்டுக்கொல்லப்படும் தமிழ் இளைஞர்களும் அவர்கள் இரத்த வெள்ளத்தில் மிதந்து கொண்டிருக்கையில் எடுக்கப்பட்டிருந்த படங்கள் சேபிய இராணுவத்தின் கொடுமையினை மிஞ்சிய அநாகரிக அட்டூழியம் அது. ஆபிரிக்காவில் அல்லது தென்னமெரிக்காவில் எடுக்கப்பட்ட படமென வாதிடுகிறது இலங்கை அரசு. இலங்கையில் ஜனநாயகத்துக்கான ஊடகவியலாளர்களினால் வெளியிடபடபட்ட படங்களவை. கடந்த ஜனவரி மாதத்தில் கிளிநொச்சியில் எடுக்கப்பட்ட படங்கள் அதை விற்றவர் எதிர் கட்சி நலம்விரும்பியாகவும் இருக்கக்கூடும் அவற்றை அக்காலத்திலேயே வெளியிடப் பட்டிருந்தால் அடுத்த நான்கு மாதங்களிலும் முப்பதாயிரம் இளைஞர்கள் கொல்லப்படுவதனைத் தடுக்க ஏதுவாகியிருந்திருக்கும். அன்றெல்லாம் இணைந்து செயற்பட்டவர்கள் இன்று வேறுபட்டு நிற்பது விந்டதையானதாக இல்லையா. விந்தைதான் அது தமிழனுக்கில்லை எப்படியாக இருந்தாலும் ஜனாதிபதியாகப் போகின்றவர் ஒரு சிங்களவர், பௌத்தர். மகாவசம்சம் என்ற பௌத்த இலக்கியத்தின் பாதுகாவலன். இரண்டு பௌத்த பீடாதிபதிகளின் செல்லப்பிள்ளை. பௌத்த பிக்குகளின் அரசாங்கத்தில் ஒரு எடுபிடி.

சிங்களப் புத்திஜீவிகளில் இரு பகுதியினர் உள்ளனர். ஒருபகுதியினர் தமிழர்களையும் சரிசமமாக நடத்து அவர்களது உரிமைகளுக்கு மதிப்புக் கொடு என்று இந்தப் பௌத்த சிங்களப் பேரின வாதிகளுடன் உயிரைப் பணயம் வைத்துப் போராடிக்கொண்டிருக்கிறார்கள். இவர்களை எதிர்ப்பவர்கள், அரசியல் நடாத்தும் அதிசூரர்களுக்கு ஆயுதமாக இருக்கும் உள்ளூர் பரியாரிகளும், பௌத்த துறவிகளும் தான். அவர்கள் அடிமட்ட சிங்கள மக்களின் மனங்களில் அழுக்கேற்றிக்கொண்டிருக்கிறார்கள் அக உலகிலும் புற உலகிலும் அழுக்ககற்றும் நிலையில் வைத்து எண்ணப்பட வேண்டியவர்களின் செயல்கள் என்பது பௌத்த தர்மத்துக்கு களங்கமேற்படுத்தும் செயற்பாடு.

மற்றைய வகையான புத்திஜீவிகள் இலங்கை இராணுவத்தால் விலைகொடுத்து வாங்கப்பட்டவர்கள் தமிழர்களுக்குப் பிரச்சினை என்று ஒன்றில்லை என்று வாதிட்டுக்கொண்டிருக்கிறார்கள். அதற்கு உதவியாக எத்தனையோ தமிழர்கள் வாங்கப்பட்டிருக்கிறார்களாம். வெளியுறவுச் செயலர் பாலித ஹோகண அரசியல் தீர்வு கொடுக்க வேண்டும் என்பதற்கு எந்தவொரு தர்க்க ரீதியிலான நியாயப்பாடுமில்லை என்று கூறுகிறார். யாழ்ப்பாணத்தின் ஏழரை இலட்சம் தமிழர்களும் வன்னியின் 3 லட்சம் தமிழர்களையும் தவிர மற்றையவர்கள் பிரச்சினை பற்றியே கதைக்கவில்லை. 54 சதவீதமான தமிழர்கள் கொழும்பில் இருப்பவர்கள் பிரச்சினை என்றதொன்றில்லா கருத்தைக் கொண்டவர்கள் என்ற சிறுபான்மையினுள் பெரும்பான்மை என்ற தத்துவத்தினை வெளியிட்டிருக்கிறார். தர்க்கரீதியில் ஒரு தமிழன் இலங்கையின் ஜனாதிபதியாக முடியும் பிரதமராக முடியும். இது நடைமுறையில் நடக்கக்கூடிய காரியமா தர்க்கம் எங்கே எம்மைக் கொண்டு செல்கிறது.

சுதத் குணசேகர என்ற புத்திஜீவி; இலங்கை, கிறிஸ்துவுக்கு முன் ஆறாம் நூற்றாண்டிலிருந்து சிங்கள நாடு என்றும், சிங்களம் மட்டும் பேசுகின்றவர்கள் 60 சதவீதமானவர்கள், தமிழ் மட்டும் பேசும் மலையகத் தமிழர் 1 சதவீதம் என்றும் வடக்குக் கிழக்குத் தமிழர்கள் 3 சதவீதம் என்றும் புள்ளிவிபரங்கள் மூலம் காட்டுகின்றார். சிங்களம் தெரிந்தவர்கள் ஒட்டுமொத்தத்தில் 96 சதவீதத்தினர் என்றும் தமிழ் தெரிந்தவர்கள் 40 சதவீதத்தினர் என்றும் குறிப்பிட்டு மொழிவழியில் பிரச்சினை என்பது தவறானது என்று புள்ளிவிபரத்தின் மூலம் எடுத்துக்காட்ட முனைகிறார். இவ்வாறான தவறான ஆய்வுமுறைகளும் பிரச்சினைகளை அணுகுகின்ற மனப்பாங்கும் ஒற்றுமைப்பட்ட இலங்கைக்கும் ஒரு சாபக்கேடு, மறுபுறமாக சிங்கள உணர்வினைத் தூண்டிவிட்டு இராணுவத்தின் கையில் துப்பாக்கியைக் கொடுத்து சுடு என்ற அங்கீகாரத்தை வழங்கச் சிங்கள மக்களைத் தயார்படுத்த ஏற்படுத்துகின்ற திட்டம் இது. ஐக்கிய இலங்கைக்கு வைக்கப்படும் ஆப்பு அடுத்தகட்டப் போராட்ட வடிவம் பற்றித் தமிழர்களைச் சிந்திக்கவைக்கவும் செயற்பட வைக்கவும் போடப்படுகின்ற விதை.

தமிழர்களுக்கு தனியானதும் பிரத்தியேகமானதுமான தீர்வுத்திட்டம் கட்டாயம் கிடைக்கும் அதனைக் குளப்பும்வகையில் அரசாங்கத்துக்கெதிரான எந்தவிதமான குற்றச்சாட்டுக்களையும் பொறுத்துப்போக உலக நாடுகளும் ஐ.நாவும் தயாராகி வருகின்றன. அதற்கிடையில் சிங்கள மக்களைக் குளப்பவேண்டாமென அரசாங்கம் உலக நாடுகளைக் கேட் கிறது. ஒருவேளை மற்றைய கட்சி ஆட்சிக்கு வந்தால் அல்லது இராணுவ ஆட்சி பிரகடனப்படுத்தப்பட்டால் உலக நாடுகள் என்ன செய்யப்போகின்றன?.

kanapathipillai.a@thaiveedu.com

■ ■ ■

வதிவிடத்தில், புதிய கட்டிட இணைப்பை ஏற்படுத்துவதற்கு முன்பு
(Before you start a new addition)

ஒரு குடும்பத்தின் தேவைகள் மாறுபடும் போது அல்லது ஓர் விசேடத் தேவை ஏற்படும் போது ஓர் வீட்டுக்கு புதிய இணைப்பு அவசியமாகின்றது. எந்தவிதமான புனர்நிர்மாணம் செய்யப்படும் போது எடுக்கப்படும் நடவடிக்கையைப் போன்று ஓர் புதிய இணைப்பை நிர்மாணிக்கும் போதும் மிகவும் கவனமாகன திட்டமிடல் அவசியம். இந்த நிர்மான வேலையை செய்வதற்கு ஆரம்பிப்பதற்கு முன்பு நீங்கள் இரண்டு விடயங்களை கவனத்தில் எடுக்க வேண்டும்.

- புதிய நிர்மாண கட்டமைப்பில் நீங்கள் சேர்க்க விரும்பும் அம்சங்கள்.
- ஏற்கனவே உள்ள வதிவிடத்தின் கட்டமைப்பை நன்கு பரிசோதனை செய்து ஏற்கனவே உள்ள குறைபாடுகளை நிவர்த்தி செய்ய வேண்டும்.

பொதுவான சூழ்நிலைகள் (Common Situation)

ஒரு வீட்டின் உரிமையாளருக்கு மேலதிகமான வதிவிட பகுதி தேவைப்படும் போது ஒரு புதிய வீட்டிற்கு இடம்மாறுவதற்கு பதிலாக நீங்கள் தற்போது வசிக்கும் வீட்டின் அமைப்புடன் ஓர் புதிய இணைப்பை ஏற்படுத்துதல் விரும்பத்தக்கதாக அமையலாம். நீங்கள் ஏற்படுத்தும் புதிய இணைப்பின் அளவும், பரிமாணமும் பல்வேறு விதமாக மாறுபடலாம்.

ஓர் சிறிய இணைப்பு செயற்பாடு என்பது வீட்டின் நுழைவாயிலை அகலமாக்குவதாகவோ அல்லது பொதுப் பாவனைக்குரிய அறையில் (Living Room) அல்லது சமையல் அறையில் விரிவாக்கம் (Extension) செய்வதாக அமையலாம். ஆனால், பெரிய அளவிலான இணைப்பு என்பது உங்களது வீட்டின் அளவைக் குறிப்பிடத்தக்க அளவு அதிகரிக்கும் செயற்பாடாக அமையக்கூடும்.

உங்களது வதிவிடத்தில் ஓர் புதிய கட்டமைப்பு இணைப்பை ஏற்படுத்தும் போது நீங்கள் பின்வரும் முக்கியமான விடயங்களை கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும்.

அளவும் வடிவமைப்பும் (Size & Design):

ஓர் புதிய கட்டமைப்பை உங்களது வதிவிடத்துடன் இணைப்பதற்கு முன்பு, ஏற்கனவே உள்ள வதிவிடப் பகுதியை மீள் ஒழுங்கு செய்தல் (rearrangement) பயனுடையதா என்று முடிவு செய்யுங்கள். நீங்கள் ஏற்படுத்தவுள்ள புதிய இணைப்பு எந்த அளவுடையதாக அமைய வேண்டும் என்றும், இந்த புதிய நிர்மாணிப்பு வீட்டின் ஏனைய பகுதிகளுடன் எவ்வாறு ஒருங்கிணைகிறது (integrate) என்றும் நீங்கள் முடிவு செய்ய வேண்டும்.

நீங்கள் ஏற்படுத்தவுள்ள புதிய இணைப்பு உங்கள் வீட்டின் வடிவமைப்புடனும் கட்டிடக்கலை நுணுக்க விபரங்களுடனும் ஒத்ததான தன்மையாக அமையுமானால், நீங்கள் ஏற்படுத்தும் புதிய இணைப்பு ஏற்படுத்தும் மாற்றம் கண்ணைக் கவரும் வகையில் அமையும்.

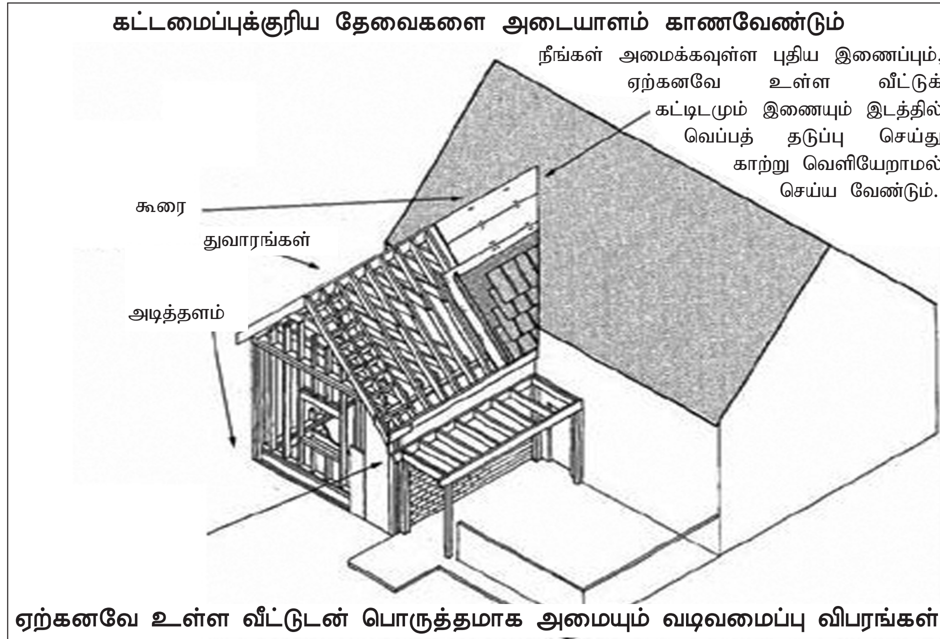
Fixtures:

ஏற்கனவே நிர்மாணிக்கப்பட்ட வீட்டுடன் ஏற்படுத்தப்படும் இணைப்பு முற்றிலும் புதியது. எனவே இதனை நிர்மாணிப்பதற்கு அநேக புதிய (Fixtures) தேவைப்படும் எனப்பதை கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும்.

கட்டமைப்பு பிரச்சினைகள் (Structural Problems):

ஓர் புதிய இணைப்பு ஏற்படுத்தப்படும் போது ஏற்கனவே உள்ள வதிவிடத்தில் பெரும்பாலும் அநேக கட்டமைப்பு மாற்றங்கள் ஏற்படும். இந்த மாற்றங்கள் வீட்டின் அடித்தளங்களில் அல்லது கூரையில் அல்லது ஏற்கனவே அமைந்துள்ள கட்டிடத்தில் துவாரங்களை ஏற்படுத்துவதாக அமையலாம். ஏற்கனவே நிர்மாணிக்கப்பட்டுள்ள கட்டிடத்திலும் அடித்தளங்களிலும் உள்ள பிரச்சினைகளுக்கு முதலில் முடிவு காணப்பட்ட பின்னரே எந்த விதமான பிரச்சினைக்கும் முடிவு காணமுடியும்.

கட்டமைப்புக்குரிய தேவைகளை அடையாளம் காணவேண்டும்



ஏற்கனவே உள்ள வீட்டுடன் பொருத்தமாக அமையும் வடிவமைப்பு விபரங்கள்

ஈரலிப்பு (Moisture):

ஒரு புதிய இணைப்பு ஏற்படுத்தப்படும்போது ஈரலிப்பு தொடர்பாக ஏற்கனவே உங்களது வதிவிடத்தில் உள்ள பிரச்சினைகளை அடையாளம் கண்டு அதற்கான சீர்திருத்த நடவடிக்கைகள் செய்யப்பட வேண்டும்.

Plumbing & Electrical:

புதிய கட்டமைப்பு இணைப்பு ஏற்படுத்துவதன் காரணமாக ஏற்கனவே உங்கள் வதிவிடத்தில் அமைந்துள்ள Plumbing and Electrical Services என்பவை செயற்படும் தன்மையை உங்கள் வீட்டின் அளவிற்கு ஏற்ப தரம் உயர்த்த வேண்டிய தேவை ஏற்படலாம்.

வெப்பம் ஏற்படுத்தலும் காற்றோட்டம் ஏற்படுத்தலும். (Heating and ventilation):

புதிய கட்டமைப்பு இணைப்பை நிர்மாணிப்பதன் காரணமாக ஏற்படும் அதிகரித்த தேவைகளை வழங்குவதற்கு, ஏற்கனவே உள்ள வெப்பம் ஏற்படுத்துதல் காற்றோட்டம் ஏற்படுத்துதல் ஆகிய அமைப்புக்களின் தரம் மிகவும் குறைவாக இருக்கலாம். எனவே அது தொடர்பான செயற்பாடுகளின் தரம் உயர்த்தப்பட வேண்டிய தேவை ஏற்படலாம்.

மரப்பலகைகளை சீர்ப்படுத்துதல் (Finishes) புதிய இணைப்பை ஏற்படுத்தி முடிக்கும் போது ஏற்கனவே உள்ள உங்களது வதிவிடத்துடன் பொருந்தக்கூடியதாகவும், நாளாந்த பாவனையின் போது ஏற்படும் விரயமாதலை தாங்கிப்பிடிக்கக்கூடிய தன்மையுடையதுமான மெழுகு (Wax) தீந்தை (Paint), Varnish என்பவற்றை பயன்படுத்துவது அவசியம்.

வலையப்படுத்துதலும் சட்ட ஒழுங்குகளும் (zoning & Regulations):

நீங்கள் அமைக்கவுள்ள எந்த புதிய இணைப்பு வேலையும் உள்ளூர் உப விதிகளுக்கும், வலையப் பகுதி தேவைகளுக்கும் ஏற்றதாக அமைய வேண்டும்.

ஆரோக்கியமான வதிவிடம் (Healthier Housing):

ஓர் வீட்டில் திருத்த வேலைகளை மேற்கொள்ளும் வேளையான, உங்களது வதிவிடத்தை உங்களுக்கும், உங்கள் சமுதாயத்திற்கும், சூழலுக்கும் ஏற்றதாக மாற்றியமைப்பதற்கான ஓர் பொருத்தமான தருணம். உங்களது வீட்டின் கட்டமைப்பில் ஓர் புதிய இணைப்பை வடிவமைக்கும் போது நீங்கள் பின்வருவனவற்றை கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும்.

வசிப்பவர்களின் ஆரோக்கியம் (Occupant Health)



பூஞ்சணம் வளருதல், Low emission materials and products என்பவற்றை தடை செய்யக் கூடிய ஈரப்பதன் கட்டுப்பாடு செயற்பாடுகளை மேற்கொள்ளுதல்.

சக்தி வினைத்திறன் (Energy Efficiency)

காற்று வெளியேற்றம், ஈரலிப்பு உட்புகுதல், வெப்பக் கட்டுப்பாட்டு தடைகள், சக்தி வினைத்திறனுடைய இயந்திரவில் அமைப்புக்கள், ஒளி, என்பவற்றை பயன்படுத்துதல்.

மூலவள வினைத்திறன் (Resource Efficiency)

நாளாந்த தேவைக்கான நீரின் பாவனையை மட்டுப்படுத்தக்கூடிய வகையான (Appliances) (Fixtures) என்பவற்றை பயன்படுத்துதல்.

சுற்றுப்புற சூழல் தொடர்பான பொறுப்பு (Environmental Responsibility)

நீண்ட காலம் செயல்பட்டு எதிர்காலத்தில் Land Fill sites என்ற பகுதிகளில் கழிவை குறைக்கக்கூடிய தன்மையான பொருட்களை பயன்படுத்துதல். நிர்மாணச் செயற்பாட்டின் போது உருவாகும் கழிவுப் பொருட்களை குறைப்பதற்காக Fixturesகளை மீள சுழற்சி செய்தல்.

கட்டுப்படியாகும் தன்மை (Affordability)

உங்களது வதிவிடத்தில் தொடர்ச்சியாக ஏற்படும் செலவுகளை கட்டுப்படுத்தக்கூடிய தன்மையான சக்தியையும் நீர்பாவனை Fixturesகளையும் பயன்படுத்துதல்.

எதிர்காலத்தில் ஏற்படக்கூடிய திருத்த வேலைகளை, புதிய உபகரணங்களை, குறைக்கக் கூடிய நீண்டகாலம் உழைக்கக்கூடிய தயாரிப்புக்களை பயன்படுத்துதல்.

உங்கள் வீட்டினில் ஓர் புதிய கட்டிட இணைப்பினை ஏற்படுத்த முன்; ஏன்? எதற்காக? எப்படி? தேவைப்படும் அளவு? சட்ட விதிகள், உப சட்ட விதிகளின் அறிவித்தல்கள்? என்பனவற்றை கவனத்தில் எடுத்தால் பல பின் விளைவுகளிலிருந்து உங்களை நீங்கள் காப்பாற்றி கொள்ளலாம்.

மேலதிகமாக அறிய http://www.cmhc-schl.gc.ca/en/co/renoho/refash/refash_001.cfm என்ற இணையத்தளத்தில் சென்று அறிந்து கொள்ளலாம்.

mahensingaraja@thaiveedu.com



தைரொயிட்டுச்சுரப்பியும் அதில் ஏற்படும் நோய்களும் (Thyroid Disorders)

இதயம் மலர்கிறது - 15



கந்தையா செந்தில்நாதன்
- Echo - Cardiographer -

இச்சுரப்பி எமது கழுத்தின் முன்புறம் குரல் வளைப் பகுதிக்குக் கீழே, சுவாசக்குழாயின் அதாவது பெருவாதனாளியின் முன்பாக அமைந்துள்ளது. இதன் உருவம் வண்ணத்துப்பூச்சி வடிவத்தில் அமைந்திருக்கும். இச்சுரப்பியின் உட்பக்கப்பரப்பில் "பராதைரொட் சுரப்பிகள்" காணப்படுகின்றன.

கண்டமாலை, கழுத்துக்கழலை, உடம்புருக்கி என்று அழைக்கப்படும் நோய்கள், இச்சுரப்பியில் சுரக்கப்படும் ஹோமோன்களின் ஏற்றத்தாழ்வு அல்லது குறைபாட்டினால் ஏற்படுகின்றன.

தைரொயிட்டச் சுரப்பி தைரொக்சின் (T4) மற்றும் மூவயடோதைரொனின் (T3) ஆகிய ஹோமோன்களைச் சுரக்கின்றன. பராதைனாயிட்டு ஹோமோன் எமது உடலில் உள்ள கல்சியத்தின் சமநிலையைப் பேணும் தொழிலைச் செய்கின்றது.

தைரொயிட்டச் சுரப்பி அதிகளவு ஹோமோன்களைச் சுரந்தால் அதனை Hyperthyroidism என்று அழைப்பர். குறைந்த அளவு ஹோமோனைச் சுரந்தால் அதனை Hypothyroidism என்று அழைப்பார்கள்.

தைரொக்சின் சுரப்பானது அளவோடு சுரக்கப்படும் பொழுது எமது உடல் நலமாக இயங்குகின்றது. அளவாக சுரக்கப்படும் தைரொக்சின் சுரப்புகள் T4, T3 இரண்டும் குருதி மூலம் உடல் பூராகவும் பரவி எல்லாத் தசைகளையும், அங்கங்களையும் சென்றடைகின்றன. எமது உடலானது எப்படி உணவைச் சமிபாடடையச் செய்து, அதை உடனடித் தேவைகளுக்குப் பயன்படுத்த வேண்டுமா? அல்லது எதிர்காலத் தேவைகளுக்காகச் சேமித்து வைத்திருக்கப்பட வேண்டுமா என்பதைப் பல சிக்கலான பொறி முறைகளூடே ஒழுங்குபடுத்திக் கொண்டு வரக்கூடிய ஹோமோன்கள் தான் இவைகள்.

அதிகூடுதல் தைரொயிட்டுச் சுரப்பு (Hyperthyroidism)

சுரப்பின் அளவு கூடும்பொழுது உடற்தொழில் பாடுகளின் வீதம் கூடுகின்றது. இதனால் உடலில் பின்வரும் குணங்குறிகள் ஏற்படுகின்றன.

- நரம்பியல் சம்பந்தமான வியாதி.
- மனப்பதட்டம்/கைநடுக்கம்.
- உடல்வெப்பம் தொடர்ந்து அதிகமாக இருப்பது போன்ற உணர்வு.
- அதிகூடிய இருதயத்துடிப்பு.
- களைப்பு.
- நிறை குறைதல்.
- அதிக வியர்வை.
- தூக்கமின்மை.
- வயிற்றோட்டம்.
- மாதவிடாய் குறைவாக ஏற்படுதல் அத்துடன் உதிரம் போகும் அளவு குறைவுபடுதல்
- மயிர் கொட்டுதல்
- தோலின்/நகங்களில் மாற்றம்
- சில சமயங்களில் முழிகள் வெளித்தள்ளுதல்
- கழுத்தில் கட்டிகள், கழலைகள் ஏற்படுதல்.

உடலில் ஏற்படும் பிறபொருளெதிரிகளின் தாக்கத்தால் இந்நோய் உருவாகின்றது எனக் கூறப்படுகின்றது. இப் பிறபொருளெதிரிகள் சுரப்பிகளைத் தாக்குவதாகக் கருதுகின்றனர். மாறாக சுரப்பியில் ஏற்படும் கட்டிகள், கழலைகள் என்பனவும் கூட அதிகளவு ஹோமோனைச் சுரப்பதனால் அதிகளவில் தைரொக்சின் ஹோமோன்கள் குருதியில் விடப்படுகின்றன. ஆண்களிலும் பார்க்கப் பெண்களையே இந்நோய் தாக்குகின்றன. சில சமயங்களில் வைரசுக்கிருமிகள் இச்சுரப்பியைத்தாக்கும் பொழுதுகூட இந்நோய் ஏற்படலாம்.

மூளையின் அடியில் காணப்படும் கேடயப் போலிச்சுரப்பி T.S.H என்ற ஹோமோனைச் சுரக்கும் இச்சுரப்பு குருதி மூலம் தைரொயிட்டுச் சுரப்பியைச் சென்றடைந்து தைரொக்சின் ஹோமோனைச் சுரக்கும்படி தூண்டிவிடும்.

தைரொயிட்டு ஹோமோன் ஏற்கனவே குறிப்பிட்டது போல் ஒவ்வொரு அங்கங்களையும் எவ்வளவுதூரம் விரைவாகவோ அல்லது மெதுவாகவோ தொழிற்பட வேண்டும் என்பதை வலியுறுத்தும். பிராணவாயுவின் பாவனையையும் உடலில் உற்பத்தியாகும் வெப்பத்தின் அளவையும் கட்டுப்படுத்துகின்றன.

தைரொக்சின் அளவு கூடிய நோய்குரிய சிகிச்சை (Treatment for hyperthyroidism)

- தைரொக்சின் சுரப்பைக் குறைப்பதற்குரிய மருந்துகள் கொடுக்கப்படும். இம்மருந்துகள் சுரப்பியினால் சுரக்கப்படும் தைரொக்சினின் அளவைக் கட்டுப்படுத்தும். ஏற்கனவே குருதியினுள் சுரக்கப்பட்டு குருதிச் சுற்றோட்டத்தில் சுற்றிக்கொண்டு திரியும் T4, T3 தைரொக்சின் அளவுகளை இம்மருந்துகள் குறைக்கமாட்டாது. இக்காரணத்தால் முதன் முதலாக மருந்தைப் பாவிக்கத் தொடங்குபவர் மருந்தின் பலனை அனேகமாக 3 தொட்டு 7 கிழமைகளின் பின்புதான் அனுபவிக்கக்கூடியதாக இருக்கும். இக்காலகட்டத்தில் ஏற்கனவே கூடுதலாகக் குருதியில் இருக்கும் தைரொக்சினின் அளவுகள் படிப்படியாகக் குறைக்கப்பட்டு சரியான அளவிற்கு வந்துவிடும்.
- Beta-Blockers:- பீற்றாக் கல வாங்கிளின் தொழிபாட்டை தடை செய்வதன் மூலம் கை நடுக்கம், படபடப்பு, இதயத்துடிப்பின் வேகம், உடல் வெப்பம் என்பனவற்றைக் கட்டுப்படுத்தலாம்.
- கதிர்வீச்சு அயடீன் சிகிச்சை
- சத்திரசிகிச்சை:
  - சுரப்பியின் பகுதிகளை அகற்றுதல்
  - கழலைகள், கட்டிகளை அகற்றுதல்



> தைரொக்சின் குறைபாடு உள்ள சிறு பிள்ளைகளுக்கு மூளை வளர்ச்சி குன்றுவதுடன் உடல் வளர்ச்சி குன்றியும் இருப்பார்கள். நேரகாலத்துடன் செய்யப்படும் சிகிச்சசை மூலம் இதைத்தவிர்க்கலாம். குழந்தைகள் பிறந்து ஒரு வருடகாலத்தினுள் இக்குறைபாடு உண்டா என அறிதல் நல்லது. ”

சிகிச்சையின் பின்பு கண்காணித்தல்:

மருந்துகளின் தொழிற்படுதிறனை அறிவதற்கு கொடுபடும் மருந்தின் அளவுகளோடு, குருதியில் சுரக்கப்படும் T4, T3, TSH என்பவற்றின் அளவுகள் ஒப்புநோக்கப்படும். அளவுகள் சரியாகவரும் வரை மருந்தின் அளவுகள் மாற்றப்பட்டு படிப்படியாக பல சோதனைகள் செய்யப்படும். T4ன் அளவு விரைவாகக் குறைந்தாலும் T3,TSH என்பவற்றின் அளவுகள் குறைவதற்குக் காலம் எடுக்கலாம்.

சாதாரணமாக ஒன்று அல்லது இரண்டு வருடங்களில் வைத்தியர்கள் உங்கள் சிகிச்சையை இடை நிறுத்திய பின்பு 2 அல்லது 3 வாரங்கள் கழித்து உங்களது குருதியில் உள்ள T4, T3, TSH என்பவற்றின் அளவுகளைக் கவனிப்பார்கள். தொடர்ந்து 6 மாதங்களாக இவற்றின் அளவு சாதாரணமாக இருந்தால் நோயின் தீவிரம் குறைந்து விட்டது என்று கூறலாம். TSHன் அளவு மிகவும் குறைந்தால் நோய் மீண்டும் அரும்பியுள்ளதைக் குறிக்கும். அநேனமாகப் 10% வீதமானவர்களுக்கு மீண்டும் நோயரும்பும் ஆபத்து உண்டு.

மருந்துகள்:

- Carbimazole
- Methimazole

மேலே கூறப்பட்ட மருந்துகளை விட வேறு மருந்துகளும் உண்டு. உங்களது குடும்ப வைத்தியர்கள், மருந்தாளர்கள் அவற்றின் பக்கவிளைவுகள் பற்றிக் கூறுவதுடன் அவை எடுக்கப்படவேண்டிய பிரமாணங்களையும் கூறுவார்கள்.

Hypothyroidism:

அடுத்து குறைந்தளவு சுரப்பை ஏற்படுத்தும் Hypothyroidism என்ற நோயைக் கவனிப்போம்.

இதுவரையில் நாங்கள் கவனித்தது குருதியில் அதிகளவு தைரொக்சின் சுரப்பை சுரந்து விடும் நோயைப்பற்றியதாகும். இப்பொழுது அதற்குமாறாக குறைந்தளவு தைரொக்சின் சுரப்பைக்குருதியில் சுரக்கும் நோய்பற்றியதாகும். ரைரொயிட்டுச் சுரப்பி சரிவர இயங்காததே இதற்குரிய காரணமாகும். இதற்குப் பல காரணங்கள் உண்டு.

- சுரப்பியில் ஏற்படும் மந்தநிலை
- சுரப்பியின் தொழிற்பாட்டைப்பாதிக்கும் நோய்கள்
- சுரப்பியின் தொழிற்பாட்டைப் பாதிக்கும் மருந்துகள்
- சுரக்கப்படும் TSHன் அளவு குறைதல்

குணங்குறிகள்:

- பசியின்மை
- உடல் அசதி
- குளிர்தாங்க முடியாமை

24ம் பக்கம் பார்க்க...

"வீடு" வினாவும் விடையும்



கருணா கோபாலபிள்ளை
- வீடு விற்பனை முகவர் -

கோடைக்கால விடுமுறையினை ஏதோ ஓர் இழந்துபோன அமைதிக்குள் குழந்தைகளுக்காவது நிறைவேற்றிய திருப்திக்குள் எம்மினம் இருக்கின்ற காலம். ஆணிவேர் ஆட்டம் கண்டாலும் கொழுகொம்புகளை நம்பி இருப்பது ஆலமரத்திற்கு மட்டும்தான் என்பதுபோல, இன்று பல கட்சி மாறிய கொழுகொம்புகளின் தரக்குறைவான செயல்கள் எம்மினத்திற்கு இன்னமும் கரிபூசிய வண்ணமிருக்க, மிச்சமிருந்த (இருக்கின்ற) சிறிதளவு நம்பிக்கையும் வேற்றினத்திற்கு விலைபோயிருக்கும் எம் செம்மல்களின் நடவடிக்கைகளினால் பாதிப்படைந்திருக்கின்றது. எதிர்பார்ப்புக்களும் ஏமாற்றங்களும் மாறிமாறி பழகிப்போன எங்களுக்கு விடாமுயற்சி மட்டும் ஓர் வரப்பிரசாதம். மீண்டும் எழுவோம், முயல்வோம் என்று இன்றைய இளம் சமுதாயம், சமுதாயச்சீர்கேடுகளை தட்டிக்கேட்க புறப்பட்டிருக்கின்றது. அவர்களின் முயற்சிகள் வீணாகாமல் நாங்களும் அவர்களுடன் இணைந்து செயல்படவேண்டியது அவசியம் என்று கூறிக்கொண்டு இம்மாதத்தில் கேட்கப்பட்ட கேள்விகளுக்குரிய பதில்களை ஆராய்வோம்.

வீடு சந்தை நிலவரத்தில் இவ்வருட நடுப்பகுதிவரை நிலவிவந்த மந்த நிலையானது திடீர் வளர்ச்சி கண்டுள்ளது. இதற்கான காரணம் என்ன? இதனை அனுகூலமாக்கிக் கொள்வது எப்படி?

பொருளாதார ஏற்றத்தாழ்வுகளுக்கு அமைய பொதுவாக அனைத்து சந்தைப்படுத்தல் நடவடிக்கைகளும் ஏற்ற இறக்கம் காணுவது பொதுவானதே. அந்த வகையில் அண்டை நாடான அமெரிக்காவின் பொருளாதார சரிவுகள் கனடியப் பொருளாதாரத்தில் ஏற்படுத்திய தாக்கத்தினால் இங்கும் வீடு சந்தைப்படுத்தலில் ஓர் மந்தநிலை காணப்பட்டது. இது அச்சத்தினாலும் அனுபவப்பட்டதனாலும் ஏற்பட்ட ஓர் செயற்கையான செயற்பாடே. இதனால் பீதியுற்ற விற்பனையாளர்களும் கொள்வனவாளர்களும் தமது முதல்களை முடக்கி வைத்திருந்தமை இவ்வருட மத்திய பகுதிவரை கண்கூடாக அவதானிக்கமுடிந்தது.

கனடியப் பொருளாதாரம் தொடர்ந்தும் எதிர்பார்த்த சரிவினை எட்டாதபோது, வீட்டுக்கடன் பெறுவதற்குரிய வட்டி விகிதமும் அனுகூலமாக அமைந்துவிட, ஒரே சமயத்தில் காத்திருந்த பலரும் போட்டிபோட்டு வீடுகளை பெற்றுக்கொள்ளத் துணிந்தனர். விளைவு, சந்தையிலிடப்பட்ட வீடுகளின் தொகையை விட கேள்வி அதிகமானது. அதனால் போட்டி முறையில் தெரிவுகள் தொடர்ந்தன. Supply & Demand என்று சொல்லக்கூடிய கேள்விக்கும், இருப்புக்கும் இடையேயான முரண்பாட்டு தாக்கமே இன்றைய விலையதிகரிப்பு. இக்காலமே வீடு விற்பவர்களுக்குரிய காலம். இதனை அனுகூலமாக்கிக்கொள்ள விரும்பியவர்கள் நிறைந்த விலையில் துரிதகதியில் வீடுகளை விற்றுக்கொள்ளலாம்.

வீடு வைத்திருப்பவர்கள் நிச்சயமாக காப்புறுதி பேணவேண்டியது அவசியம் என்று கூறுவது உண்மைத் தகவலா?

காப்புறுதி என்பது அவசரகால உதவி அல்லது ஓர் கவசம் என்றுகூட கூறலாம். இக்காப்புறுதியானது பலவகை தேவைகளுக்காக பெற்றுக்கொள்ளப்படுகின்றது. நீங்கள் எந்த வகையினை குறிப்பீட்டுள்ளீர்கள் என்பது ஒருபுறமிருக்க வேறுபட்ட காப்புறுதிகளை ஆராய்வதே பொருத்தமானது. எமது ஆயுளுக்காக பெற்றுக்கொள்வது ஆயுட்காப்புறுதி (Life Insurance) இவ்வாயுட் காப்புறுதியானது பலவகையில் எமது விருப்பம் மற்றும் தகமைகளைப் பொறுத்து பெற்றுக்கொள்ளலாம். கொடிய நோய்களுக்காக பெறப்படும் காப்புறுதி வகைகள் Critical Insurance எனப்படும். அதாவது கொடிய நோயினால் ஒருவர் பாதிக்கப்படும் வேளையில் தற்காலிகமான பணவுதவியைப் பெறுவதற்காக பெற்றுக்கொள்ளும் காப்புறுதிமுறை. இவைதவிர வாகன காப்புறுதி, மருந்துகளுக்குரிய காப்புறுதி எனப்பல வகைகளுண்டு. நீங்கள் மேலே குறிப்பிட்டது போன்று வீடுகளுக்குரிய காப்புறுதியானது Fire Insurance அல்லது Home Insurance எனப்படும். தீயினால் வீட்டிற்கு ஏற்படும் சேதங்களை சீர் செய்வதற்கும் அவ்வாறான இக்கட்டான வேளைகளில் உங்களது அன்றாட நடவடிக்கைகள் முடக்கம் பெறாமல் இருப்பதற்கும் இவ்வகை காப்புறுதிகள் துணைநிற்கின்றது. வீடு வாங்கும் வேளைகளில் நீங்கள் அடமானக் கடன் பெறுகின்ற பட்சத்தில் அடமான நிறுவனங்கள் இவ்வகை காப்புறுதிகளை வைத்திருக்குமாறு நிர்ப்பந்திப்பார்கள். உங்களது வீட்டின் பெயரில் தரப்படுகின்ற பணத்திற்கு பாதுகாப்பாகவே இக்காப்புறுதி பெறப்படுகிறது. நீரினால், தீயினால் மற்றும் களவுகள், வழுக்கிவிழுதல் போன்ற சேதங்களை சீர் செய்வதற்கு பயன்படும் இக்காப்புறுதியானது, இயற்கையினால் ஏற்படும் சேதங்களை சீர்செய்யாது. Act of God, அதாவது இயற்கை அழிவுகள் என்று சொல்லக்கூடிய காற்றினால் ஏற்படும் சேதம், வெள்ளப்பெருக்கு, சூறாவளி போன்றவற்றினால் பாதிப்படையும் வீடுகள் இவ்வகையில் அடங்காது. இருப்பினும் அவ்வாறான சேதங்கள் ஏற்படின் விண்ணப்பிப்பது அவசியம். ஏனெனில் நிறுவனங்களின் கொள்கைகளுக்கேற்ப சிறிதளவாவது உதவியினை பெற முடியும். பலவீடுகள் இருக்கின்ற ஓர் பகுதியில் ஒருசில வீடுகள் மாத்திரம் சேதமடைதல் இதற்கு ஓர் சிறந்த உதாரணமாகும். அத்தருணங்களில் காப்புறுதி நிறுவனங்கள் அவ்வீட்டினை திருத்தியமைக்கக்கூடும்.

Condo தொடர்மாடிக் குடியிருப்புகளில் வசிப்பவர்களும் வீட்டுக் காப்புறுதி வைத்திருப்பது அவசியமானதா?

வழமையாக Condo நிறுவனங்கள் கட்டிட காப்புறுதியினை கொண்டிருக்கும். ஆகையினால் வீடுகளைப் பெற்றுக்கொள்ளும் வேளைகளில் கட்டாயமாகவே பெற்றுக்கொள்கின்ற Fire Insurance இங்கு கட்டாயப்படுத்தப்படுவதில்லை. இருப்பினும், களவு மற்றும் Condo கட்டிடத்தில் உங்கள் பகுதிக்குள் இடம்பெறும் சேதங்களுக்கு நீங்களே பொறுப்பு அதாவது Wall to Wall என்று சொல்லப்படுகின்ற உங்கள் பகுதிக்குள் தண்ணீர் கசிந்து கீழுள்ளவர்களின் பகுதிகளை சேதமாக்குகின்ற பட்சத்தில் இவ்வகை காப்புறுதிகள் வைத்திருப்பதன் மூலம் திருத்திகொள்ளலாம். அதேபோன்று உங்கள் உடமைகளுக்கு சேதமேற்படினும் இக்காப்புறுதிகள் துணைநிற்கும்.

வீடு வாங்குவதற்கு முன்னர் எமது தகைமைகளை எவ்வாறு அறிந்து கொள்வது. அதற்கான தயார்படுத்தல்கள் எவை?

பொதுவாகக் கூறின், கனடாவைப் பொறுத்தவரை அனைவருக்கும் வீடு வாங்கும் தகைமையுண்டு. புதுக்குடிவரவாளர்கள் தொடக்கம் பூர்வீக குடிகள் வரை வீடு வாங்கலாம். இதன் ஒரே தகைமையாக அவ்வீட்டினை பேணிக்காப்பதற்குரிய வருமானம் இருப்பது மட்டுமே முக்கியமானது.

இருப்பினும், வீடு வாங்குவதற்காக கடன் பெறும் தருணங்களுக்கான தயார்படுத்துதல்கள் இங்கு அவதானிக்கப்பட வேண்டும். உங்களது மாதாந்த அல்லது வருட வருமானத்தின் அடிப்படையிலேயே கடன் அளவு தீர்மானிக்கப்படுகின்றது. ஒரு சிலர் நிறைந்த வருமானம் பெறுபவராயினும்கூட சில வேளைகளில் கடன் நிறுவனங்களினால் நிராகரிக்கப்படுகின்றனர். அதற்கான காரணிகளாக, வருமானத்தை உறுதிப்படுத்த இயலாமை, 'Credit History' என்று அழைக்கப்படும் கொடுக்கல் வாங்கல் ஒழுக்கங்களினால் பெறப்படும் தரவு மற்றும் முன்வைப்பு தொகையின் அளவு போன்றவற்றை குறிப்பிடலாம்.

வீடு வாங்குவதற்கான தயார்படுத்தல் என்று கூறப்படுகின்ற பட்சத்தில், நீங்கள் வைப்பிலிடப்போகும் தொகைப் பணமானது (Down Payment) குறைந்தது 90 நாட்களாவது சேமிப்பில் இருத்தல் வேண்டும் அல்லது நன்கொடையாகப் பெறப்பட்டதாகவோ இருக்கலாம், கடன் வழங்கும் நிறுவனங்களின் விதிகளுக்கு அமைவான Credit History அவசியமானது அதாவது அளவுக்கு அதிகமாக கடன் சுமையுடன் காணப்படுதல், ஒழுங்கீனமான மீள் செலுத்துதல்கள் கடன் வழங்கும் நிறுவனங்களை கவராது, இவ்வாறான செயற்பாடுள்ளவர்கள் வட்டி விகிதம் கூடிய கடன் முறைகளை நாடவேண்டி வரலாம். இவை தவிர்த்து, உங்கள் வருமானம் உறுதிப்படுத்தக்கூடியதாக அமைதலும் அவசியம். இவ் உறுதிப்படுத்தலுக்காக பின்வரும் ஆவணங்கள் பரிசீலிக்கப்படும். வேலை உறுதிக் கடிதம், அரசாங்கத்தில் பதிவுசெய்யும் வரிப் படிவம், அரசாங்கத்தினால் மீளத் தரப்படும் படிவம் போன்றவற்றைக் குறிப்பிடலாம்.

மேற்கூறிய விபரங்களை திருப்திப்படுத்த முடியாதவர்கள் வீடு வாங்க முடியாது என்பது கருத்தல்ல. உதாரணமாக வருமானத்தை சிலர் உறுதிப்படுத்த இயலாத பல சந்தர்ப்பங்கள் உண்டு. அவ்வகையினர் பொதுவான கடன் வழங்கும் நிறுவனங்கள் தவிர்த்து கொள்கை மாற்றுள்ள வேறு நிறுவனங்களை நாடலாம்.

'Power of sale' அதாவது வங்கிகளால் விற்கப்படும் வீடுகளில் சில, செடி வளர்ப்பிற்காக பயன்படுத்துபவையாக இருக்கின்ற பட்சத்தில் மிகவும் இலாபமாக பெறக்கூடியதாக இருக்கின்றது. இவ்வகை Grow Houseஇனைப் பெற்றுக் கொள்வதால் தீமைகள் ஏற்படுமா?

இவ்வகை வீடுகளை விற்பனை செய்யும் வங்கிகள் பல இன்றைய காலங்களில் அவற்றினை சிறந்த முறையில் சீர் செய்து உரிய பரிசோதனைகளின் பின்னரே சந்தைப்படுத்துகின்றன. இவ்வீடுகள் வாழ்க்கைத்தரத்திற்கு உகந்ததாகவே பரிசோதகர்களால் உறுதிப்படுத்தப்படுகின்றது. அவ்வாறான வேளைகளிலும் கூட இவ்வாறு பயன்படுத்தப்பட்ட வீடுகளின் பெறுமதி அதே பகுதியிலுள்ள வேறு வீடுகளின் பெறுமதியுடன் ஒப்பிடுகையில் மிகவும் குறைவாகவே காணப்படுகின்றது. அது மாத்திரமன்றி இவ்வீடுகளுக்குரிய காப்புறுதி (High Ratio Insurance) பெற்றுக் கொள்வதும் சற்று கடினமானது. ஆகையால் கொள்வனவாளர்கள் குறைந்தது 20-25% முன் வைப்புப் பணத்தினை செலுத்த வேண்டிய கட்டாயத்திலுள்ளனர். தவறான நடவடிக்கைகளுக்காக பயன்படுத்திய ஓர் வீட்டினை தெரிந்திருந்தும், தெரியப்படுத்தாமல் விற்பது சட்டப்படி குற்றமாகும். இவ்வாறு பெற்றுக் கொள்கின்ற வீடுகளை மீளவும் சந்தைப் படுத்தும் வேளைகளில் மீண்டும் அதன் பெறுமதியானது சற்று குறைவாக காணப்படுவதற்கு சாத்தியங்கள் அதிகமுண்டு. விலைக் குறைவு ஒன்றினை மாத்திரம் கருத்தில் கொண்டு, வீணே தலைவலிகளை சுமப்பதினைத் தவிர்ப்பது நன்று.

சரி நேயர்களே,

தேவைகளும் தேவைகளை பூர்த்தி செய்வதற்கான சேவைகளும் நிறைந்து காணப்படுகின்ற கனடிய தேசத்தின் வரப்பு முறைகளுக்கேற்ப நாமும் எமது தேவைகளை பூர்த்தி செய்யப் பழகிக் கொள்ள வேண்டியது அவசியம். தேவைகளை மட்டும் கருத்தில்கொண்டு கடனில் மூழ்கிய எத்தனையோ குடும்பங்கள் மன அழுத்தத்தினால் பாதிக்கப்பட்டுள்ளனர். இவ்வாறான வேண்டாத செயற்பாடுகள் உங்களுக்கும் உங்கள் குடும்பத்திற்கும் இடையூறானது.

மன அழுத்தங்கள் தமிழர் எமக்கு பழகிப்போன ஒன்று. உறவுகளின் பாலங்களை உடைத்தெறிந்த போது தவித்தோம். இன்று அவைகளை ஒளியிழையில் பார்த்து தவிக்கின்றோம். இனம், மொழி, மதம் என்று வேறுபட்ட சூழலுக்குள் சிக்கித் தவிக்கும் பெரியோர்கள் ஒருபுறமிருக்க, இன்றைய நாடகச் சூழலுக்குள் இளம் சமுதாயமும் சிக்கித் தவிக்கின்றது. இயன்றவரை அமைதியை நாடுவதுக்கு ஆரோக்கியமான வாழ்வுக்கு வழி வகுக்கும் என்று நம்பி, மீண்டும் வரும் இதழ்களில் இணைந்துகொள்வோம்.

karunagopalapillai@thaiveedu.com

■ ■ ■

மனம் பூரிக்க மங்களகரமான மனையை தேர்ந்தெடுங்கள்...

வீடு வாங்கவும் விற்க்கவும்
குறைந்த வட்டி விகிதத்தில்
மோட்கேஜ் ஒழுங்கு செய்வதற்கும்
அழையுங்கள்

Ravi. Paramu
Broker

Direct: 416-262-4176





McCowan / Denision
3 Bedrooms 2 Washroom
Finished Basement w/o



Morningside / Staines
3 Bedrooms 3 Washroom



Hwy 10 & Steeles
4+2 Bedrooms 4 Washroom



HomeLife Today Realty Ltd., Brokerage*

31 Progress Ave., Suite 210,
Toronto, ON, M1P 4S6

Bus: 416-298-3200

*Independently Owned and Operated, Realtor



Buying or Selling Homes

Selling Commission , As Low As 1%



HomeLife Landmark Realty Inc. Brokerage

Call Nada
Cell: 416 – 616 – 8751
Bus: 416 – 293 – 5093

Nada.G.Nadarajah B.V.Sc
Sales Representative

Platinum Award Winner
Ontario Emerald Club Member



Markham/Lawerence
Detached Bungalow
3 Bedrooms - 2 Washrooms
Finished Basement

This space is avaliable to list and sell your home.



Audley/Taunton
2-Storey Detached
3 Bedrooms - 3 Washrooms
Approx. 1800 Sq. Ft



Dixie/Finch
Detached 2-Storey
3 Bedrooms - 3 Washrooms
Part. Finished Basement



Kennedy/Eglinton
Detached Bungalow
3+4 Bedrooms - 2 Washrooms
Bsmt. Apartment w/ Sep. Entrance



Rosebank/Finch
Detached 2 Storey
4 Bedrooms - 3 Washrooms
Approx. 1900 Sq. Ft



Tapscott/Finch
Multi-Level Industrial Unit
Well Maintained Complex
Approx. 1550 Sq. Ft



McCowan/Denison
2 Storey Linked
3+1 Bedrooms - 3 Washrooms
Finished Basement

மூல உயிரணு தானம்

Stem Cell Donation

குருதித் தானம், மூல உயிரணு தானம், எலும்பு மச்சை தானம் என்பவை உலகமெங்கிலும் மிகவும் பிரபல்யமாக உள்ளது. குருதிக் தானம் மிகவும் சாதாரணமாக அனைத்து மக்களிடையேயும் பரவி அனைவருக்கும் மிகவும் பழக்கப்பட்டுவிட்டதொன்றாக இருந்த போதிலும் தற்போது மூல உயிரணு தானம் என்பதும் மிகவும் உன்னதமான ஒன்றாகக் கருதப் படுகின்றது. இரத்த தான வங்கிகளே இந்த மூல உயிரணு சேகரிப்பினையும் செய்கின்றன. கனடா இரத்த தான வங்கியின் OneMatch Stem Cell and Marrow Network என்னும் பிரிவு மூல உயிரணு தேவைப்படும் நோயாளிகளுக்குத் பொருத்தமான மூல உயிரணு உள்ளவரைத் தெடித் தரும் ஒழுங்குகளைச் செய்கின்றது. இந்த OneMatch Stem Cell and Marrow Network சர்வதேச சட்டதிட்ட நியமனங்களுக்கு அமைய World Marrow Donor Association (WMDA) இனால் ஆக்கப்பட்ட ஒரு வலைப் பின்னல் ஆகும். உலகெங்கிலும் 55இற்கும் மேற்பட்ட பதிவுசெய்யும் இடங்களும் அதில் கிட்டத்தட்ட 11 மில்லியன் பதிவுகளையும் இவர்கள் கையாள்கின்றனர். இதனால் உலக ரீதியில் இந்த மூல உயிரணு தானம் மிகவும் முக்கியத்துவம் வாய்ந்தது.

இரத்த தானம் தான் நாங்கள் செய்கின்றோமே இந்த மூல உயிரணு தானத்திற்கான அவசியம் என்ன வந்தது என்று எங்களிடையே பல கேள்விகள் எழலாம். குருதிக் தானத்தினை விட பன்மடங்கு வலிமை வாய்ந்தது இந்த மூல உயிரணு தானம். மூல உயிரணுவை எங்கள் முகம் தெரியாத ஒருவருக்கோ அல்லது எங்கள் குடும்பத்தினருக்கோ நாங்கள் வழங்கக் கூடியதாக இருக்கின்ற போதிலும், முதலில் மூல அணுவென்றால் என்ன எனத் தெரிந்து கொள்ளுதலும் அத்துடன் இவற்றினை மற்றவர்களுக்கு தானம் செய்வதற்குரிய தேவை என்பதனையும் ஆராய்தல் அவசியமாகின்றது.

மூல உயிரணு என்றால் என்ன?

மூல உயிரணுக்கள் என்பவை தங்களை செங்குருதிச் சிறு துணிக்கைகளாகவோ (உடலின் பல பாகங்களுக்கும் பிராணவாயுவினை எடுத்துச் செல்ல உதவி செய்பவை), வெண்குருதிச் சிறு துணிக்கைகளாகவோ (உடலின் தொற்றுக்கள் நோய்கள் ஏற்படும் போது பிறபொருள் எதிரிகளைச் சுரந்து எதிர்ப்புச் சக்தியினைத் தருபவை), குருதிச் சிறுதட்டுக்களாகவோ (காயங்கள் ஏற்படும் போது குருதி உறைந்து இரத்தப் பெருக்கினைத் தடை செய்ய உதவி செய்பவை), அல்லது வேறு ஏதாவது வகையான கலங்களாகவோ மாற்றிக் கொள்ளக் கூடிய முதிர் நிலை அடையா (immature cells) கலங்கள் ஆகும். Somatic cells என பொதுவாக அழைக்கப்படும் மற்றைய சாதாரண கலங்கள் (தோலிலுள்ள கலங்கள் அல்லது மற்றைய உறுப்புக்களில் உள்ள கலங்கள்) ஒவ்வொன்றும் வரையறுக்கப்பட்ட தொழில் முறைகளையும் இயக்கங்களையும் கொண்டவை. அந்தந்த கலங்கள் அதற்குரிய தொழிலை மட்டுமே செய்வன. ஆனால் Stem Cell என அழைக்கப்படும் மூல உயிரணுக்கள் வரையறை அற்றவை மட்டுமல்லாது அவை தங்களை வெவ்வேறு அவயவங்களிலுள்ள கலங்களுக்கு ஒப்பாக மாற்றக் கூடியவை.

மூல உயிரணுக்கள் எங்கு காணப்படுகின்றன?

இம் மூல உயிரணுக்கள் எலும்பு மச்சைகளில் (எலும்பு மச்சை என்பது எலும்பின் உட்பகுதியில் இருக்கும் மென்மையான பதார்த்தம்) மிகவும் செறிவாகக் காணப்படுகின்றன. அத்துடன் சாதாரண குருதியிலும், குழந்தை பிறக்கும் போது வரும் நஞ்சுகொடி (Placenta), தொப்புள் கொடி குருதி (umbilical cord blood), 4 அல்லது 5 நாட்கள் வயதுடைய கருக்கட்டிய முளையம் (embryo) போன்றவற்றிலும் காணப்படுகின்றது.

> “ குழந்தை பெற்றுக் கொள்ளும் பெற்றோர்கள் உங்கள் வம்சத்தினை பாதுகாக்க தொப்புள் கொடியினை cord blood bankingல் சேகரித்து வைத்துக் கொள்ளலாம். சேகரிக்க விரும்பாதவர்கள் அதனை வீணே குப்பையில் எறிந்து விடாது தானமாக வழங்கினால் கிட்டத்தட்ட 70க்கும் மேற்பட்ட நோய்களுக்கு அது மருந்தாகலாம். ”

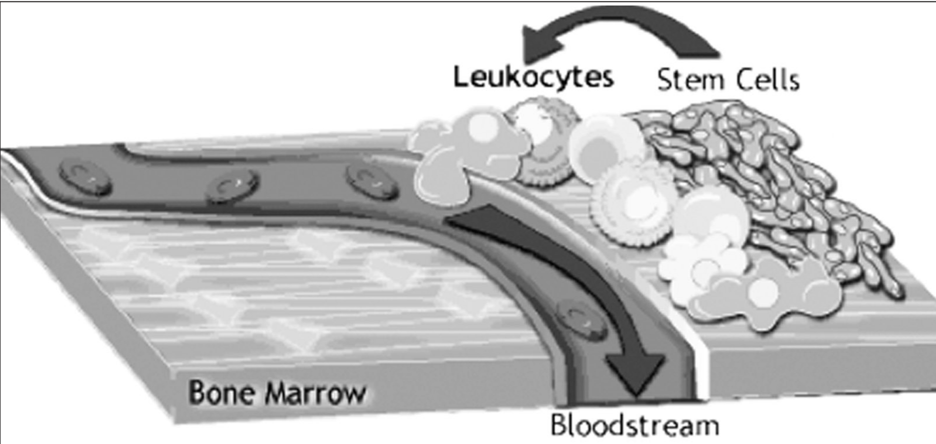
எவ்வகையான நோயுடையோருக்கு இவை தேவைப்படுகின்றன?

Leukemia (குருதிப் புற்று நோய்), Lymphoma (lymphatic system எனப்படும் immune system) போன்ற புற்று நோய் உள்ளவர்களுக்கு இந்த Stem Cell தானம் மிக மிக அவசியமாகின்றது. எலும்பு மச்சையிலுள்ள Stem Cellகள் செங்குருதிச் சிறுதுணிக்கை, வெண்குருதிச் சிறுதுணிக்கை, குருதிச் சிறுதட்டுக்கள் என்பவற்றை உருவாக்கக் கூடியன.

Leukemia எனப்படுவது குருதியில் வெண்குருதிச் சிறுதுணிக்கையின் எண்ணிக்கை அதிகரிப்பது. இவ் வெண்குருதிச் சிறுதுணிக்கைகள் எலும்பு மச்சையினால் தோற்றுவிக்கப்பட்டு பின்னர் குருதியுள் விடப்படும். சாதாரணமாக உடலில் கிருமித் தொற்றுக்கள் ஏற்படும் போது வெண்குருதிச் சிறு துணிக்கைகள் பிறபொருள் எதிரிகளைச் சுரந்து அக் கிருமிகளுக்கு எதிராக செயற்படும். ஆனால் அளவுக்கதிகமாக வெண்குருதிச் சிறுதுணிக்கைகள் உருவாக்கப்படும்போது அவை நோய்த் தொற்றுக்கு எதிராகத் தொழிற்படாது மற்றைய உறுப்புக்களின் தொழிற்பாடுகளைத் தடை செய்யக் கூடியது. இவ்வியாதி உடையவர்களுக்கு இவர்களின் Stem Cellஇனை ஆரோக்கியமான Stem Cell இனால் மாற்றீடு செய்யப்படும்.

இவ் விடத்தில் புற்று நோய் பற்றி ஒரு சிறு விளக்கம் தேவைப்படுகின்றது. ஏன் இந்த வெண்குருதிக் கலங்கள் அளவுக்கதிகமாகத் தோற்றுவிக்கப்பட்டு Leukemia உண்டாகின்றது. ஒவ்வொரு உறுப்பும் பல்லாயிரக் கணக்கான கலங்களால் ஆனது. இக் கலங்களின் தொழிற்பாட்டில் பழைய கலங்கள் இறப்பதும் இழந்த கலங்களைப் புதிய கலங்கள் உற்பத்தியாக்கப்பட்டு நிவர்த்திக்கப்படுவதும் ஒரு சாதாரண தொழிற்பாடாகும். எங்கள் கலங்களின் கருக்களில் ஒவ்வொரு கலமும் எவ்வாறு தொழிற்படவேண்டும் என்பதற்குரிய செயற்பாட்டு விளக்கமானது வகுக்கப்பட்டுள்ளது. இவை genes எனப்படும். இந்த genes இலுள்ள விளக்கமானது ஏதாவது காரணிகளினால் குழப்பப்பட்டு விட்டால் கலம் பிரிவது அழிவது போன்ற தொழில் முறைகளில் பிரச்சினைகள் உண்டாகிவிடுகின்றது. அதனால் இவை மேலதிக கலங்களை உற்பத்தியாக்கத் தொடங்கி விடும். உடலில் தேவைக்கதிகமான கலங்கள் காணப்படும். இத் தேவைக்கதிகமான கலங்கள் இட நெருக்கடியினை ஏற்படுத்தலாம் அல்லது மற்றைய அவயவங்கள் மேல் அழுத்தி பலவிதமான இடையூறுகள் இவற்றினால் ஏற்படும். குருதிப் புற்று நோயில் இவ்வாறு வெண்கலங்களின் எண்ணிக்கை தேவைக்கதிகமாகப் பெருகும். மேலும் ஒவ்வொரு கலத்திற்கும் இடையிலுள்ள இடை வெளிகூட இவ் genesகளினால் நிர்ணயிக்கப்பட்டிருக்கும். சில சமயங்களில் இந்த இடைவெளிகளில் மாற்றம் ஏற்படுகின்றது. இதுகூட ஒருவகை புற்று நோயாகும்.

நீரிழிவு நோயினை இதுவரை வைத்தியர்கள் கட்டுப்பாட்டிற்குள் வைத்திருக்கின்றார்களே தவிர அதனை நிவர்த்தி செய்வதற்கு அல்லது அதிலிருந்து முற்றாக விடுதலை பெறுவதற்கு இதுவரை எந்த மருந்தும் கண்டுபிடிக்கப் படவில்லை. ஆனால் இந்த Cell-Based Therapies மூலம் நீரிழிவு நோயினை முற்றாக இல்லாமல் செய்யமுடியும் என்னும் நம்பிக்கையினை இந்த மூல உயிரணு கொடுத்துள்ளது. வழக்கத்துக்கு மாறாக குருதியிலுள்ள குளுக்கோசின் அளவினால் உடலில் ஏற்படும் பல நோய்கள் இணைந்த ஒரு நோய் தான் நீரிழிவு நோயாகும். உடலிலுள்ள immune system ஆனது தனது கலங்களை எதிரியாக நினைத்து அவற்றை அழிக்க முற்படுவதே நீரிழிவின் மிக முக்கிய பிரச்சினையாகும். இவ்வாறுதான் இன்சுலினைச் சுரக்கும் சதையி என அழைக்கப்படும் pancreas அழிவுக்குள்ளாக்கப் படுவதனால் pancreas இனால் இன்சுலினைச் சுரக்க முடிவதில்லை. இன்சுலினின் துணையின்றி குளுக்கோசு கலங்களுள் செல்ல முடியாது தடைப்பட்டு குருதியிலேயே தேங்கி விடுகின்றது. இவ்வாறு தேங்கி நிற்கும் குளுக்கோசானது உடலில் பல பிரச்சனைகளுக்கு வித்தாகின்றது. குளுக்கோசு அதிகரிப்பினால் ஏற்படும் விளைவுகளளில் சில வருமாறு: Blindness, kidney failure, heart disease, stroke, neuropathy, and amputations.





சிவாஜினி பாலராஜன்

இதய வால்வு பழுதுபட்டோர் அல்லது தளர் வடைந்தோருக்கும் இதய தசை தொய்வு, மாரடைப்பு போன்ற நோயுள்ளோருக்கு மூல உயிரணுக்கள் செலுத்துவதன் மூலம் அந்நோய்கள் நிவர்த்திக்கப்படுகின்றன.

மூல உயிரணு மாற்றீடு செய்வதனால் நன்மைகள்

மூல உயிரணுக்கள் சாதாரண கலங்களை விட வித்தியாசமானவை. எங்கள் உடலில் உள்ள ஏனைய கலங்கள் போலல்லாது எந்த விதமான அல்லது எந்த இடத்தில் இருக்கும் மூல உயிரணுவாயினும் அவை மிகவும் சுலபமாக பிரிந்து daughter cells எனப்படும் தங்களை ஒத்த கலங்களை உருவாக்கக் கூடியவை. இதன் காரணமாகவே இந்த மூல உயிரணுக்கள் குருதி தானம் போல தானம் செய்யக் கூடியவை.

நோய் வாய்ப்பட்ட எலும்பு மச்சையினை ஆரோக்கியமான மச்சையிலுள்ள மூல உயிரணுக்களால் மாற்றீடு செய்தல். இவ்வாறு மாற்றீடு செய்யும்போது நோயாளிக்கு high doses of radiation and/or chemotherapy வழங்கப்பட்டு அவரது எலும்பு மச்சை அழிக்கப்படும். பின்னர் ஆரோக்கியமான மூல உயிரணுவானது நரம்பினூடாக intravenously செலுத்தப்படும்

தானம் செய்யத் தகுதியுடையவர்கள் யார்

குருதி தானம் செய்வது போல 17க்கும் 50 வயதுக்கும் இடைப்பட்டவராக இருக்க வேண்டும். மிகவும் ஆரோக்கியமானவராக, இதய நோய், cancer, blood diseases, insulin-dependent diabetes, HIV/AIDS, hepatitis B and C. போன்ற நோய்களற்றவராக இருத்தல் வேண்டும். அத்துடன் தானம் வழங்குபவருக்கும் பெறுபவருக்கும் உடல் எடை, உயரம் போன்றவற்றில் சில கட்டுப்பாடுகள் உண்டு. இந்த உயரத்திற்கும் உடல் எடைக்கும் தொடர்பான அட்டவணையினைக் கீழ்கண்ட இணையத்தள முகவரியில் நீங்கள் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

http://www.blood.ca/CentreApps/Internet/UW_V502_MainEngine.nsf/resources/docs/$file/heightweightchart2009.pdf

ஒருவர் தானம் வழங்கப் பொருத்தமானவர் தானா? தானம் வழங்குவதால் அவருக்கு தீங்குகள் பக்கவிளைவுகள் ஏற்படுமா? தானம் அளிப்பவர் சத்திர சிகிச்சைக்குள்ளாக வேண்டுமா? இவ்வாறான பல கேள்விகளுக்கும் சில பிழையான கருத்துக்களுக்கும் தீர்வு.

நீங்கள் ஒருவருக்கு எலும்பு மச்சை அல்லது blood stem cells தானம் வழங்க பொருத்த மானவரா எனக் கண்டறிய வைத்தியர்கள் human leukocyte antigen (HLA) typing என்னும் சோதனையினைச் செய்வார்கள். இந்த HLA புரதம் தாய் தகப்பனிடமிருந்து பெறப்பட்ட ஒன்றாகும். இதனால் சகோதரங்கள் மிக மிகப் பொருத்தமானவர்களாக இருப்பார்கள். மேலும் தானம் வழங்குபவருக்கு பிறப்புரிமையியல் (பரம்பரை) முறையில்

21ம் பக்கம் பார்க்க...

அழகிய பூஞ்செடிகள்

றோசாப்பூ
(Rose)

வீட்டுத் தோட்டம் - 19

அறிமுகம் :
வீட்டுத்தோட்டத்தில் அழகிய பூஞ்செடிகள் எனும் தலைப்பில் மாதந்தோறும் எழுதிவரும் பூக்கள் பலதாகவிருந்தும், ஏன் றோசாப்பூவைப் பற்றிய விபரங்கள் இன்னும் தரப்பட வில்லை என்ற சில வாசகர்களின் கவனத்தை



முன்வைத்து இம்முறை றோசாப்பூச்செடியின் விபரமான தரவுகளையுடைய கட்டுரையை முன்வைக்க விரும்பினேன். எல்லோரும் தமது வீடுகளில் றோசாப்பூச்செடியை வளர்க்கின்றார்கள் வீட்டுத் தோட்டத்தில் நாட்டமுள்ள ஒவ்வொருவரும் றோசாப்பூச்செடியை வளர்ப்பதில் ஆர்வமும், காதலும் கொள்கின்றார்கள் என்பதையும் நாம் பார்க்கின்றோம். ஆனால், ஒவ்வொருவர் எதிர்பார்ப்பிற்கும் மாறாக, வளர்க்கப்பட்ட றோசாப்பூச்செடிகள் ஏன் காணப்படுகின்றன என்ற கேள்வி எல்லோரிடமும் எழுகின்றது. அதற்குச்சார்பான விளக்கங்களை ஆராய்ந்து, றோசாப்பூவின் சிறப்பான இதழ்களின் அமைப்புகள், அமைப்புகளோடு கூடிய நிறங்கள், நிறங்களின் மாறுபட்ட சேர்க்கைகள், மயக்கமூட்டும் வாசனைகள் எல்லாமே ஒருங்கிணைந்து வசீகரமயமாக்குவதற்கு என்ன காரணிகள் உண்டு என்பதை எடுத்துக் காட்டும் வகையில் இத்தொகுப்பினைத் தருகின்றேன்.

றோசாப்பூவின் வகைகள்:
ஆயிரக்கணக்கான பிரிவுகளில் சிறிய இனத் தாவரத்திருந்து உயரமான இனத் தாவரம் வரை றோசாப்பூச்செடிகள் இருப்பதை நன்கு அறிவீர்கள். அதுமட்டுமல்ல, பெரிய பூக்களிலிருந்து சிறிய பூக்கள்வரை நறுமணமுள்ளதாகவோ நறுமணமற்றதாகவோ படரும் அல்லது பற்றும் கொடியாகவோ நிலைநிற்கும் செடியாகவோ, எப்படி எப்படி எல்லாம் வேறுபடுத்தலாம் என்ற வகையில் எல்லோரையும் கவரும் தன்மைகொண்டவையாக றோசாப்பூச்செடிகள் வளர்க்கப்படுகின்றன.

றோசாப்பூச்செடியை வெற்றிகரமாக வளர்க்க வேண்டுமாயின் நீங்கள் நன்கு கவனிக்க வேண்டிய குறிப்புக்கள் இவைதான்:

- பூந்தோட்டப்பயிர்கள் விற்கும் இடங்களுக்கு சென்று படங்களைப்பார்த்து மட்டும் தெரிவுசெய்வதில் பயன் இல்லை.
- வெளிநாட்டிலிருந்து இறக்குமதி செய்த இனங்கள் எப்படி ஒட்டப்பட்டவை, ஒட்டுக்கள் பற்றிய விபரங்கள் உங்களுக்குக் கிடைத்தனவா, இவற்றை ஆராய்ந்து அறியவேண்டும்.
- உள்நாட்டு இனங்களை; அதாவது ஒட்டுக்களிலும் அதே நாட்டு இனங்களோடு ஒட்டப்பட்டு இருப்பது வரவேற்கத்தக்கது.
- நடப்போகும் இடங்களுக்கேற்ப இனங்களைத் தெரிவுசெய்தல்.
- ஓரளவு கூடுதலாகப் பணத்தைக் கொடுத்து நல்ல தரமான செடியை வாங்குதல்.
- சாடிகளில் வைக்கப்பட்டிருக்கும் பெரிய செடிகளைத் தெரிவுசெய்யும்போது, பச்சை இலைகளுள்ள, தண்டில் கூடுதலான மொட்டுக்கள் அல்லது பூக்களுள்ள, நோயற்ற தன்மையுள்ள செடிகளைத் தெரிவுசெய்தல்.



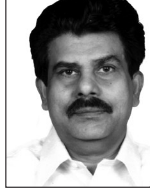
பூக்கும் இனங்களும்:
நாம் வாழும் கனடிய மண்ணில், எல்லாக் காலங்களிலும் பூக்கும் இனங்கள் சிலவற்றைப் பார்ப்போம். Sexy Rexy (Floribunda), Tropicana (Super star), Chicago Peace (Hybrid tea), Graham Thomas (Austin rose), Bonica (Shrub rose), Tiffany (Hybrid rose), The Fairy (Polyantha), Shining Hour (Bight yellow), Mt.Hood (White), Just Joey (Orange blend). பற்றிப் படரும் றோசாக்கள் நீளமான கிளை களைவிட்டுப் பரவலாக படருவதால் இக் கிளைகளுக்கான ஆதரவுகளில் இவற்றை சேர்த்துக் கட்டியோ அல்லது கொழுவியோ விடவேண்டும்.

றோசா தெரிவுசெய்வதில் சிரமம்:
இளவேனில்கால ஆரம்பத்தில் போதிய செடிகள் விற்பனை நிலையங்களுக்கு வந்துவிடும். அப்போது செடிகளைத் தெரிவுசெய்யும்போது உங்கள் பார்வைக்கு வேர்கள், அரும்புகள், தண்டின் அடித்தளம், பிரதான தண்டுகள் போன்றவற்றை அவதானித்துத் தெரிவு செய்யவும். சில சமயம் செடிகள் பிளாஸ்டிக் போர்வையால் மூடப்பட்டிருப்பதால் வேர்கள் மந்த நிலையில் இருக்கின்றன. இதனையிட்டு நீங்கள் கவலைப்படவேண்டாம். இவை நட்ட பின்னர், உரிய காலத்தில் பிழைத்துவிடும். பெரிய செடியை நடவேண்டுமாயின் கூடுதலாகச் செலவுசெய்து நல்ல தரமான செடிகளை வாங்கி விடுவது சாலச்சிறந்ததாகும். வாங்கும்போது முக்கியமாகக் கவனிக்கவேண்டியவை: வேர்கள் திடமாகவும் ஈரத்தன்மையாக இருப்பது, அடித் தண்டுகள் மொத்தமாக இருப்பது, நல்ல பச்சைநிற இலைகளையுடையது, நோயற்றது, அநேக பூக்களை அல்லது மொட்டுகளையுடையவை சிறந்ததாகக் கருதலாம்.

நடுவதற்கு தகுந்த இடம்:
பொதுவாகச் சூரியவொளி குறைந்தது ஆறு மணித்தியாலங்கள் கிடைக்கக்கூடிய இடங்களைத் தெரிவு செய்யவும். குறைவான வெப்பமுள்ள இடங்களில் எல்லா நேரமும் சூரியவொளி கிடைக்குமாயின் இவை நன்கு வளரும். றோசாச்செடிகளின் இலைகள் ஈரமாக இருக்கும்போது போதிய காற்றோட்டம் அவசியமாக இருக்கும். இலேசாக செடிகளைப் பராமரிப்பதற்கும் பூக்களைப் பறிப்பதற்கும் தண்டுகளை வெட்டுவதற்கும் சாத கமாகச் செடிகளை நெருக்கமின்றி நடவேண்டும். நீர் நன்கு ஓடக்கூடிய மணற்பாங்கான இடம் ஏற்றது. ஒவ்வொருவரும் தமக்கு ஏற்ற விதத்தில் றோசாச்செடிகளை ஒழுங்கு படுத்தி நடலாம். உதாரணமாக, பலவித றோசாக்களை கூட்டாக சேர்த்து ஒரே பார்வையில் எடுத்துக்காட்டும் வகையில் பிரத்தியேகமான இடத்தில் நடுதல்!, ஒரு வகையான றோசாவை ஒரே வரிசையில் நிரையாக நடுதல்.!, பல தரப்பட்ட பூச்செடிகளோடு சேர்த்து கரையோரமாக நடுதல்..!.

வகையான றோசாக்கள், எதிர்பார்ப்புக்கள் :
சாதாரண இடங்களில் கலப்பு இனங்கள், வேலிக்கரைகளில் அடர்த்தியான புதர்ச்செடிகள், நிலையான இடங்களில் நீண்டகாலம் வாழும் இனங்கள், கரையோரங்களில் குட்டையான இனங்கள், சுவரண்டிய பகுதிகளில் பெருமளவில் படரும் செடிகள், இப்படியாக வேண்டியவாறு செடிகள் நடும் ஒழுங்குகளை மேற்கொள்ளலாம். பொதுவாக எல்லாவித றோசாக்களும் அழகியநிறப் பூக்களைக் கொய்வதற்கு பயனுள்ளவையாகவே இருக்கும்.

பசளைபோடுதல் நீர்விடுதல்:



செல்லையா
சந்திரசேகரி

நல்ல முறையில் றோசாச்செடி வளர்க்கும் இரகசியம், நிலத்திற்கு போதிய தரமான கலவையுரம் சேர்த்தலும், அதோடு தேவை கருதி அடிக்கடி அதனை அளித்தலும். றோஸ் உரம் வாங்கி உபயோகிக்க வேண்டும். முதலாவதாகப் பூத்ததும், தொடர்ந்து கலவையுரம் 5-10-8, 6-12-8 பாவியுங்கள். வெப்ப காலங்களில் கூடிய நீர் தேவைப்படும். குளிர் நேரங்களில் நீரின் அளவு குறைக்கப்பட வேண்டும்.

தொடரும்…….

sekari.s@thaiveedu.com



Family Myrtaceae: - Black Plum

நாவல் மரம்

(Botanical Name: Syzygium cumini : Eng.Name: Black Plum)





நாவல் எப்பொழுதும் ஒரு பசுமைமாறாத வெப்ப மண்டல மரமாகும். இத்தாவரம் இந்தோனேசியா, இந்தியா போன்ற நாடுகளில் ஆரம்பகால உற்பத்தியை மேற்கொண்ட போதிலும் வெப்ப மண்டலங்களான இலங்கை, பங்காளதேஸ். பிலிப்பைன்ஸ், பாக்கிஸ்தான் போன்ற நாடுகளிலும் தற்போது வளர்க்கப்படுகின்றன. மரமானது 30-80 அடி உயரத்தில் வளரக்கூடியது. 1,000 ஆண்டுகள் வாழக்கூடியது. பிரதான தண்டு நிலமட்டத்திலிருந்து 5-10 அடி உயரத்தில் பல கிளைகளாகப் பிரிந்து வளர்கின்றது. நறுமணமுள்ள வெள்ளை நிறப் பூக்களைக் கொத்துக்களாகக் கொண்டு காணப்படும். பழங்கள் சுவையானவை. இதிலிருந்து பழரசம் தயாரிப்பார்கள். பழத்தில் ஒரு வித்து மட்டும் காணப்படும். மரத்தின் எல்லாப் பகுதிகளும் மருத்துவரீதியில் பயன் உள்ளவை

பழத்தோடு தொடர்பான பழமையான கதையொன்று உள்ளது. சங்க காலத் தமிழ் இலக்கியப் புகழ் வாய்ந்த புலவராகிய ஔவையார் தனது இளைப்பாறிய காலத்தில் தோட்டத்திலுள்ள நாவல் மரத்தடியில் காலத்தைக் கழிக்கும் போது, முருகப்பெருமானின் சக்தி கிடைக்கப்பெற்றிருந்தார். சிறுவனாக முருகப்பெருமான் காட்சி அளித்து ஔவையாரிடம் பழம் கேட்டபோது, சுட்டபழம் வேண்டுமா, சுடாதபழம் வேண்டுமா என்று வினவியதை இவ்விடத்தில் குறிப்பிட வேண்டியிருக்கிறது.

மூன்றெழுத்து கெட்டவார்த்தை...

5ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

றுத்தப்பட வேண்டியது அவசியம் எனக் கூறப்படுகின்றது. பாலியல் உறவு என்றால் என்ன? எங்ஙனம் ஆணின் விந்தும் பெண்ணின் முட்டையும் இணைந்து கரு உண்டாகி பின் சிசுவாக வளர்ச்சி பெறுகிறது என்பன போன்ற விடயங்கள் கட்டாயமாக பிள்ளைகளுக்கு தெரிய வேண்டும் என்பதைக் கனேடியக் கல்வி முறை வலியுறுத்துகின்றது. இதனை எம் தமிழ் பெற்றோர் விரும்புகின்றனரோ இல்லையோ நான்காம் வகுப்பில் கல்வி கற்கும் மாணவர்களுக்கு இக்கல்வி பாடசாலையில் புகட்டப்படுகிறது. இதனால் சிறுவர்களுள் எழுகின்ற தெளிவு தேடும் வினாக்களுக்கு விடையளிக்கும் கட்டாயம் பெற்றோருக்கும் உருவாகின்றது.

ஒரு முறை மூன்றாம் வகுப்பில் படிக்கும் ஒரு சிறுமி என்னிடம் பேசுகையில் *"Worm* உம் *egg* உம் சேர்ந்தால் *baby* வருமா? அதால முட்டையை *Fridge*இல் இருந்து எடுத்து வெளியில் வைக்கக் கூடாது. ஏனென்றால் *garbage*இல் புழு வார மாதிரி முட்டையிலையும் புழு வாறது தானே. அப்படி புழு வந்தால் பிறகு பேபி வரும். அம்மா முட்டை சாப்பிட்டு வயிற்றுக்குள் இருக்கிற புழுவோட அந்த முட்டை சேர்ந்து பேபி வந்தால் பேபி பாதுகாப்பாக இருக்கும். ஆனால், *Water bag* இல்லாமல் இருந்தால் பிறகு குழந்தை செத்துப் போகும்."* என்றார்

இந்த சிறுமியின் கூற்றானது அச்சிறுமியுள் எத்தனை ஆய்வுகள், எத்தனை அறியாமைகள், தவறான கருத்துகள் புதைந்திருக்கின்றன என்பதை எடுத்துக்காட்டுகின்றது. இந்தச் சிறுமியின் திறந்த மனதுக் கதையில் உள்ள அறியாமை கருத்துக்களை அவதானியுங்கள். இதனைக் குழந்தைத்தனமென சிரித்து இரசித்துவிட்டு செல்வதால் அந்தக் குழந்தையின் அறியாமை அதன் மனதிலிருந்து அகற்றப்படாமல், அந்தக் குழந்தைக்கே ஆபத்தை விளைவிக்கும் ஒன்றாகயிருக்குமல்லவா? எனவே அவளிற்கு சரியான விளக்கத்தை அளிக்க வேண்டியது அவ்வேளையில் என் கடனாயிற்று. அவளிடம் "அது worm இல்லை sperm" எனத் திருத்தி அவளின் வயதுக்குத் தேவையான அளவு விளக்கத்தோடு கருவுருவாக்கத்தை விளக்கினேன். கோழி முட்டையில் இருந்து பிள்ளை வராது என்பதையும் பிள்ளை உருவாவது தந்தையின் விந்தணுவிலிருந்தும் தாயின் சூலகத்திலிருந்து வெளியேறும் முட்டையிலிருந்தும் என்பதை அவளுக்கு புரியும் வண்ணம் அவளுக்கு தேவையான தகவல்களோடு மட்டும் புரியவைத்தேன். இங்ஙனம் குழந்தைகளுள் எழும் கேள்விகளை தெளிவுபடுத்தி அறிவுறுத்த வேண்டியது பெற்றோரதும் ஆசிரியர்களதும் கடமையாகும். பெற்றோராகிய நாம் ஒன்றைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். மூடிவைத்த பொருளைத்தான் 'உள்ளே இருப்பது என்ன?' என ஆராய ஆர்வம் எழும். உள்ளங்கை நெல்லிக்கனியாக இதர பாடங்கள் போல் இதனையும் ஒரு கல்வியாக விளக்கினோமாயின் துருவி ஆராய்ந்து அறியும் ஆர்வம் அதன் பால் எழமாட்டாது.

STD – Sexually Transmitted Diseases:

பாலியல் உறவுகளால் உருவாகும் நோய்கள் பற்றியும் பருவ முன்வயதினர் அறிந்திருக்க வேண்டும் எனக் கனேடிய கல்வி முறை வலியுறுத்துகின்றது. சில வகையான பாலியல் உறவால் கடத்தப்படும் நோய்கள், உயிர் கொல்லிகளாகக்கூட பேராபத்தை விளைவிக்க வல்லன என்பதும் அவர்களுக்குத் தெரிந்திருக்க வேண்டும்.

பதின்ம வயதின் பாலியல் உறவு (Teenage Sex):

பாலியல் உறவு முறையை பதின்மவயதில் இயல்பானதாக ஏற்றுக்கொள்ளும் கனேடியக் கலாச்சாரமானது பாதுகாப்பான பாலியல் உறவுமுறைக்கான வழிகளை பாலியல் கல்வியினூடாகப் போதிக்கின்றன. இதுவே 'பதின்ம வயதில் பாலியல் உறவை வைத்துக்கொள்ளலாம்' என்னும் வகையிலான தவறான எண்ணங்களுக்கு தூண்டுகோலாக அமையக் கூடும் என்ற அச்சம் பல பெற்றோருக்கு உண்டு. குறிப்பாக 'திருமணத்தின் பின் மட்டுமே பாலியல் உறவை வைத்துக்கொள்ளலாம்' என்னும் திடமான கொள்கையுடைய தமிழர் போன்ற கலாச்சார பின்னனியுடையவர்களுக்கு இவ்வச்சமும் அதிருப்தியும் உருவாகின்றது. எனினும் கனேடியக் கலாச்சாரத்தின்படி நடந்து (Teenage Pregnancy) பதின்ம வயதில் கருவுற்ற தாய்மார் பலர் தமது கல்வியைத் தொடர முடியாமல் அவதியுறுவதையும் சுட்டிக்காட்ட கனடிய பாலியல் கல்வி தவறவில்லை. பெண் சிறார் மட்டுமன்றி தந்தையாகி வயதுக்கு மிஞ்சிய பொறுப்புகளைச் சுமக்கும் இளைஞர்களுக்கும் கல்வி கற்க பெருந்தடையாக இந்நிலை உருவாகின்றமையும் செவ்வனவே சுட்டிக்காட்டப் படுகின்றது. இத்தகைய அறிவுறுத்தல்களை வெளிப்படையாக அவர்களுக்கு அறிவுறுத்துவதன் பிரதான நோக்கமாக பதின்மவயதுக் கருவுண்டாதலைத் தவிர்ப்பதாகவே உள்ளது.

பதின்ம வயதில் பாலியல் உறவானது இரு சாராரின் சம்மதத்துடனான உறவுமுறையாக இருக்குமானால் அது தனிமனித உரிமையாக கருதப்படுகின்ற போதும், அத்தகைய மனச்சலனங்கள் கல்வியினைக் குழப்பி சிறாரை திசை மாற்றுவதோடு தமிழர் கலாச்சாரத்திற்கு புறம்பாக வழிதவறி நடக்க இளையோரைத் துணிய வைக்கின்றது என்பதனை தமிழ்ச் சிறார் புரியும் வகையில் எடுத்து விளக்குவது தமிழ்ப் பெற்றோரின் சவாலான, கட்டாய கடனாகும்.

சிறாரை சிறுவயது முதலே இலட்சிய வேட்கை உடையவராகவும் மனத்திண்மை படைத்தவராகவும் சிந்தனைக் குவிவு உடையவராகவும் வளர்ப்பது பெற்றோரின் கடனாகும்.

வெள்ளம் வருமுன் அணைகட்ட வேண்டுமெயொழிய வந்தபின் வருந்துவதால் பயனேதும் இல்லை.

பாலியல் உறவுமுறை பற்றி அறிவுறுத்தும் பாடசாலைக் கல்வியில் உங்கள் சிறார்கள் எதனைக் கிரகித்துக் கற்றிருக்கின்றார்கள் என்பதை, அதுபற்றிப் பேசி அறிந்து கொள்ள வேண்டும். முழுமையான தகவல்கள் அவர்களுக்கு சென்றடையவில்லையாயின் அதனை முழுமைப்படுத்தி அறிவுறுத்த நல்ல நூல்களின் (வயதுக்கேற்ற தகவல்களோடு நூலகங்களில் உள்ளன) உதவியையும் நாட வேண்டும்.

அரைகுறை விளக்கம் என்பது ஒன்றுமே தெரியாதிருப்பதை விட ஆபத்தானது. பாலியல் உறவை தவறானது என்றோ அருவருப்பானது என்றோ ஒருபோதும் அறிமுகப்படுத்தக் கூடாது. அது பின்னாளில் அவர்களின் இல்லற வாழ்க்கையைப் பாதிக்கும், உளவியல் பாதிப்பை ஏற்படுத்தும்.

தமிழர்கள் கலாச்சாரத்தில் பாலியல் உறவினை புனிதமான கணவன் மனைவி உறவு முறையாக போற்றப்படுவதனை சிறார்கள் புரியும் வண்ணம் விளக்கும் பக்குவமான விளக்கமே அவர்களை நன்னெறியில் நெறிப்படுத்த போதுமானது.

எமது தமிழ்ச்சிறார்களிடம் பாதுகாப்பான பாலியல் உறவு பற்றி அறிவுறுத்துவதைவிட திருமணத்தின் பின்னான உறவுமுறையே பாலியல் உறவு எனச் சொல்லி வளர்ப்பதே சிறந்தது. தமிழரின் பண்பாடு கலாச்சார செறிவுடையது. அதன் துணையோடு நல்ல தமிழ்ப்பண்பாடுள்ள அறிவுச்சான்றோரான பிள்ளைகளை இந்த மண்ணில் உருவாக்க பெற்றோராகிய நாம் தமிழ் நெறிதவறாத நற்றமிழராக முதலில் வாழ்ந்து காட்ட வேண்டும்.

sivavathani.p@thaiveedu.com



வினைத்திறன்மிக்க மீற்றர் (Smart Meter)

கடந்த வருடம் இத்தகையதொரு தலைப்பில் சில தகவல்களைத் தந்திருந்தாலும் காலத்தின் தேவைகருதி மேலதிக்கத் தகவல்களைப் பகிர்ந்து கொள்வது மிகப் பொருத்தமாக இருக்கும் என நம்புகின்றேன்.



அதிகரித்துவரும் மின்சாரப் பாவனையின் காரணமாக அதனைக் கட்டுப்படுத்த வேண்டியதொரு கட்டாய நிலைக்கு தள்ளப்பட்டிருக்கிறோம். இதனை உரிய முறையில் கட்டுப்படுத்தாவிட்டால் அதன் உற்பத்திச் செலவு கட்டுக்கடங்காது போவது மட்டுமன்றி மின்சார உற்பத்திக்கு வேண்டிய புதிய மூல வளங்களைத் தேடவேண்டிய ஒரு துர்ப்பாக்கிய நிலையும் உருவாகும். இதனைக் கருத்தில் கொண்டே ஒன்றாறியோ மின்வளசபை (Ontario Energy Board) 2006ம் ஆண்டு வினைத்திறன்மிக்க மீற்றர்களை ஒன்ராறியோ முழுவதும் உள்ள வீட்டுரிமையார்களுக்கும் சிறு வியாபார ஸ்தாபனங்களுக்கும் அறிமுகம் செய்யத் தீர்மானித்தது. அந்தவகையில் இத்திட்டம் 2010ம் ஆண்டளவில் பூர்த்தியடைய உள்ளது. அதாவது ஒன்றியோவில் அனைவரும் 2010ஆண்டு முடிவதற்குள் இத்தகைய மீற்றர்களைப் பெற்று விடுவார்கள். கிட்டத்தட்ட 95%மான வீட்டுவுரிமையாளர்களுக்கு இத்தகைய மீற்றர்கள் பொருத்தப்பட்டு விட்டன. இவ்வருடம் May மாதம் 31ந்திகதி எடுக்கப்பட்ட கணிப்பின்படி சுமார் 618,572 மீற்றர்கள் ஏற்கனவே பொருத்தப்பட்டு விட்டன. இவ் மீற்றர்கள் பொருந்தப்பட்டதும் அவை உரிய முறையில் இயங்கத்தொடங்கி விட்டதென்று அர்த்தமில்லை. அதாவது இந்த மீற்றர் பொருத்தப்பட்டதன் முக்கிய நோக்கம் ‘பயன்படு நேத்திற்கேற்ப’ கட்டணம் அறவிடுவதுதான். அதன் செயற்பாடு இன்னும் சரிவர ஆரம்பிக்கப்படவில்லை என்பதை கருத்திற்கொள்ளவும். பலரும் தாங்கள் நேரத்திற்கேற்ப கட்டணம் செலுத்துவதாக நினைத்துக்கொண்டு அதற்கேற்ப தங்களது செயல்பாடுகளை நிரற்படுத்தத் தொடங்கிவிட்டார்கள். ஆக ஒன்றாறியோவில் 20ஆயிரம் வீடுகளுக்கு மட்டுமே தற்போது பயன்படு நேரத்திற்கேற்ற கட்டணம் அறிமுகப்படுத்தப்பட்டுள்ளது. ஆனால் மிக விரைவில் ஏனைய வீட்டுரிமையாளர்களுக்கும் இத்திட்டம் பூரணமாக அறிமுகப்படுத்தப்படவுள்ளது.

இதன் முன்னோடியாகவே கடந்த இரு வாரங்களுக்கு முன்னர் ஸ்காபுரோ பகுதி வீட்டுரிமையாளர்களுக்கு இது பற்றிய துண்டுபிரசுரம் வினியோகிக்கப்பட்டது பலருக்கும் நினைவில் இருக்கலாம், அல்லது அது கண்ணுக்கு

வீடும் விடியலும் - 43

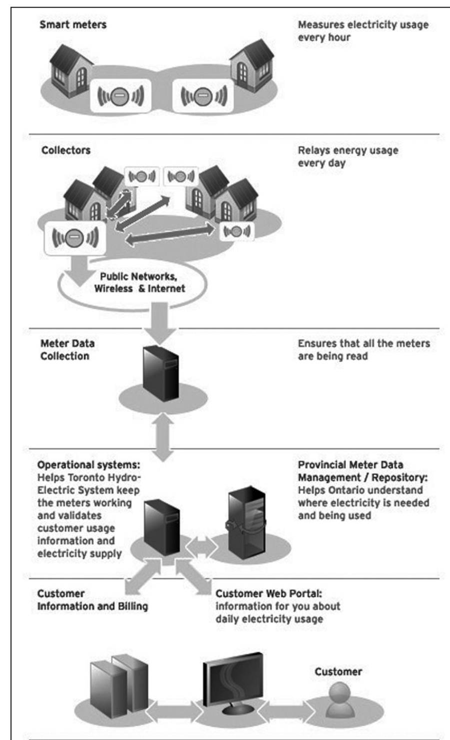
எட்ட முதலே குப்பைத்தொட்டிக்கும் போயிருக்கலாம். எது எவ்வாறு இருப்பினும் நாம் செய்யவேண்டியது என்ன என்ற கேள்வி எழுகின்றது.

இத்தகைய மீற்றர்களால் பயன்பட இருப்பவர்கள் யார்?

Smart Meterகள் வீடுகளுக்கு பொருத்தப்பட்டாலும் நாம் அக்கறை இன்றி இருந்தால் அதற்குரிய பலன் எமக்குக் கிடைக்கப்போவதில்லை. நாம் ‘Smart’ ஆக இழுத்தால்தான் Smart Metterகளின் பயன்பாட்டை அனுபவிக்கலாம். அனுகூலத்தைப் பெறலாம்.

“Toronto Hydro” பயன்பாட்டிற்கு ஏற்ப கட்டணம் அறவிடத்தொடங்க முன்னர் நுகர்வோரை அதற்குத் தயார்படுத்தி, உச்சபலனை அடைய வைக்கும் திட்டத்தைத்தான் தற்போது அறிமுகப்படுத்தியுள்ளது. அதாவது எங்களது மின்சாரப்பாவனை எந்த வழியில் போகின்றது என்பதை நாம் முன்கூட்டியே அறிந்துகொண்டு, இலாபகரமான முறையில் எமது செயற்பாடுகளை நிரற்படுத்தப்பழகிக் கொண்டால், உரிய கட்டணம் அறிமுகப்படுத்தப்படும்போது உடனேயே உச்சபலாபலனை அடைய வழி பிறந்திருக்கின்றது. எம்மை நாமே தயார் படுத்த சந்தர்ப்பம் அளிக்கப்பட்டிருக்கின்றது.

(Smart Meter எவ்வாறு ஒவ்வொரு மணித்தியாலத்திற்குமுரிய மின்சாரப் பாவனையை பதிவுசெய்கிறதென்பதையும், பின்னர் நாளாந்தம் உரிய புள்ளி விபரங்களை தகவல் சேகரிக்கும் நிலையத்திற்கு அனுப்புவதையும் நுகர்வோர் அவற்றைப் பார்வையிடுவதையும் விளக்கும் படம்)



நாம் செய்ய வேண்டியது என்ன?

மின்சாரப்பாவனையாளர்கள் ஒவ்வொருவரும் www.torontohydro.com/tou என்ற இணையதளத்திற்குச் சென்று பதிவு செய்துகொள்ள வேண்டும். உங்களது மாதாந்த கட்டணத்திற்குரிய 17 எண்களைக்கொண்ட கணக்கிலக்கம் பதிவு செய்வதற்கு தேவைப்படும். அத்துடன் பாதுகாப்பிற்குக் காரணங்களிற்காக பதிவுசெய்வதற்கு ‘Activation Code’ முன்கூட்டியே பெற்று அதனையும் பயன்படுத்த வேண்டியிருக்கும். 416-542-8000 என்ற இலக்கத்திற்கு அழைத்து உங்களது விபரங்களைக் கொடுத்தால் ‘Activation Code’ தபாலில் அனுப்பிவைக்கப்படும். அல்லது www.torontohydro.com/tou என்ற இணைய தளத்திற்குச் சென்று activation codeஜப் பெற விண்ணப்பிக்கலாம். அவ்வாறு விண்ணப்பித்தால் உங்கள் மின்னஞ்சல் முகவரிக்கு Activation Code அனுப்பி வைக்கப்படும். அதன் பின்னர் உரியமுறைப்படி பதிவுசெய்து கொண்டால் எந்த நேரம் வேண்டும் என்றாலும் வீட்டில் இருந்தபடியே நாம் எந்த நேரம் எவ்வளவு மின்சாரத்தைப் பயன்படுத்துகின்றோம் என்பதை எமது மின்கணனியில் பார்த்து அறிந்து கொள்ளலாம்.

பயன்படுநேரத்திற்கு ஏற்ற விலை விபரம்

Electricity	Price (cents/kWh)	Weekdays	Weekends/ Holidays
Summer (May 01, 2009 to Oct 31, 2009)			
Lowest price	4.2	12 AM - 7 AM & 10 PM - 12 AM	Allday
Mid price	7.6	7 AM - 11 AM & 5 PM - 10 PM	Not applicable
Highest price	9.1	11 AM - 5 PM	Not applicable

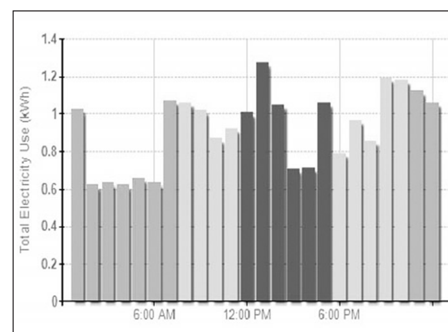
சிவப்பு, மஞ்சள், பச்சை நிறங்களில் தரப்படும் அட்டவணை மிகத்துல்லியமாக எமது பாவனைநிலையை விளக்குகின்றது. Internet பாவிக்காதவர்கள் இருக்கமாட்டார்கள் என்ற அனுமானத்தின்படி எல்லோரும் இதனால் பயன்பெற வாய்ப்பு இருக்கின்றது.

ஆனால் முதல் நாளுக்கும், அதற்கு முந்திய நாட்களுக்குமுரிய விபரங்களையே பார்க்கக் கூடியதாக இருக்கும் என்பதைச் கவனத்திற் கொள்ளவும். அதாவது ஞாயிற்றுக்கிழமை நீங்கள் பார்க்கும் விபரம் சனிக்கிழமைக் குரியதாகவோ அல்லது அதற்கு முந்திய தினங்களுக்கு உரியதாகவோ தான் இருக்கும். எனவே இந்தவிபரங்களைப் பார்த்து அறிந்து எமது பழக்கவழக்கங்களில் உரிய மாற்றங் களை ஏற்படுத்துவதன் மூலமும், குறைந்த கட்டங்களுக்குரிய நேரத்தில் எமது செயல்களைச் செய்வதன் மூலமும், மாதாந்தக் கட்டணத்தில் சேமிப்பை ஏற்படுத்த முடியும்.

அதாவது ஒரு தடவை உடுப்புத்தோய்க்கும் போது 33 சதத்தைச் செலவழிப்பது உகந்ததா? அல்லது 71 சதத்தைச் செலவழிப்பது உகந்ததா? என்ற கேள்வி எழுகின்றது. உண்மையில் திறன்மிக்க வகையில் எமது பணிகளான உடுப்புத்தோய்த்தல், காயவைத்தல், சமைத்தல், பாத்திரம் கழுவும் கருவியைப் பயன்படுத்துதல், குளிரூட்டியைப் பயன்படுத்துதல் போன்றவற்றை நிரற்படுத்து வோமானால் அதிக பணத்தைச் சேமிக்கலாம் என்பதில் சந்தேகமில்லை.

எமது வீட்டிற்குரிய நாளாந்த மின்சாரப் பாவனையை விளக்கும் மாதிரி அட்டவணை:

The chart below shows how much electricity you used during each hour of the day on Monday, August 24, 2009. On weekdays the



cost of electricity changes with different periods of the day.*

மட்டமான காலம்: (Off- Peac)	4.2	சதம்
மத்தியகாலம் (Mid-Peak)	7.6	சதம்
உச்சகாலம் (On – Peak)	9.1	சதம்

இந்த மூவகை விலைக்குரிய காலங்கள் கோடைகாலம், குளிர்காலம் என்ற அடிப்படையில் அட்டவணைப் படுத்தப்பட்டுள்ளது.

குளிர்காலம்

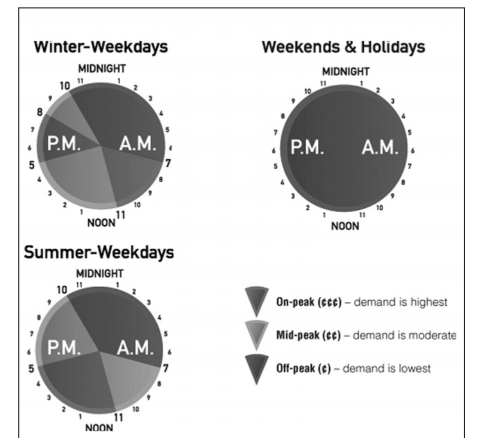
(நவம்பர் 1- ஏப்ரல் 30 வரை)

On Peak - 7am – 11am + 5pm – 9pm
Mid-Peak - 11am – 5pm
Off-Peak - 9pm – 7am

கோடைகாலம்

(மே 1முதல் அக்டோபர் 31வரை)

On Peak – 11am – 5pm
Mid – Peak– 7am – 11am + 5pm – 10pm
Off Peak – 10pm – 7am



வாரவிடுமுறைநாட்களும் கட்டாய விடுமுறை நாட்களும் Off-Peak காலமாகக் கணிக்கப்படும்

எவ்வளவுதூரம் Off-Peak Timeல் எமது பணிகளைச் செய்கின்றோமோ அதற்கேற்ற பலன்களும் சேமிப்பும் எம்மைத்தேடிவரும். குறிப்பிடப்படும் விலைப்பட்டியலில் நுகரப்படும் மின்சார அலகிற்கான கட்டணம் மட்டுமே. வினியோகச்செலவு, சரிப்படுத்தல் இதரச் செலவுகள் எமது மாதாந்த கட்டணத்தில் சேர்த்துக்கொள்ளப்படும் என்பதை நினைவிற் கொள்ளவும்.

Direct Energy போன்ற முகவர்கள் ஊடாக மின்சாரத்தைப் பெறுவதற்கு ஏற்கனவே ஒப்பந்தம் செய்து கொண்டவர்களின் நிலை என்ன? விபரம் அடுத்த இதழில்.



velasubramaniam@thaiveedu.com

■ ■ ■

தாய்வீடு பத்திரிகை பற்றிய விமர்சனங்களை எதிர்பார்க்கின்றோம். விமர்சனங்கள் எம்மை ஓர் ஆரோக்கியமான பாதையில் இட்டுச்செல்லும்.

E-mail:thaiveedu@gmail.com
Fax: 416-849-0594
Tel: 416-646-3422

பெண்கள் கடத்தல்களை தவிர்ப்பது

உலகெங்கிலும் கடத்தல்கள் நடைபெற்று; பின் கடத்தப்பட்டவர்களை கொலைசெய்வது, வல்லுறவு செய்வது, பணம் வசூலிப்பது எனப் பல அதர்மங்கள் நடைபெற்ற வண்ணமிருக்கின்றது. இவற்றை தவிர்க்க சில வழிகளை இங்கு பார்ப்போம்.

- கராட்டி பழகியவர்கள் கூறுவார்கள் - உங்கள் உடம்பின் மிக வலுவான பகுதி முழங்கையாகும் என்று. கடத்துபவர்களுக்கு அருகில் இருப்பின் மிகவலுவாக முழங்கையால் தாக்குவது தப்பிக்க வழிவகுக்கும்.
- உங்களை வழிமறித்து உங்கள் பேர்ஸ்சை கேட்டால் ஒருபோதும் அதை கையளிக்க வேண்டாம். அதை உடனே தூரத்தில் எறிந்துவிடுங்கள். அனேகமாக வந்தவர் உங்கள் பேர்ஸ்சில் கண்ணாக இருப்பின் அவர் பர்ஸ்சை எடுக்கபோகையில் எதிர்த் திசையில் இயன்றளவு கத்திக்கொண்டு ஓடுங்கள்.
- உங்களை கார் டிரங்கில் அடைத்துவிட்டு காரை ஓட்டிச்சென்றால் உடனே காலால் பின் விளக்கை உதைத்து தள்ளிவிட்டு அந்த ஓட்டை ஊடாக உங்கள் கையை வெளியில் விடுங்கள். வாகனத்தை செலுத்துபவருக்குத் தெரியாது. ஆனால் சுற்றி உள்ள அனைவருக்கும் தெரியும். இப்படி செய்ததால் பல உயிர்கள் தப்பி உள்ளன.
- பொதுவாக பெண்கள் கடைக்குச்சென்று திரும்பியவுடன் அல்லது அலுவலகத்திலிருந்து திரும்பியவுடன் காருக்குள் அமர்ந்து தமது பையை திறந்து எல்லாம் சரியாக உள்ளதா என்று பார்ப்பார்கள். ஆனால் இது மிகத் தவறான விடயம். உங்களை கவனித்துக்கொண்டிருந்த கடத்தல்காரன் அடுத்த பக்கக் கதவால் ஏறி கத்தியையோ அல்லது துப்பாக்கியையோ காட்டி மிரட்டலாம். எனவே காரில் ஏறியவுடன் கதவைப் பூட்டிவிட்டு காரை இயக்கி வெளியே செலுத்துங்கள். சில சமயங்களில் காருக்குள் ஒருவர் துவக்கை அல்லது கத்தியை காட்டி மிரட்டி காரை எடுக்கச்சொன்னால் உடனே காரை எடுக்கவேண்டாம். அவர் சொன்னதுக்கு அடிபணிய வேண்டாம். அதற்கு மாறாக வாகனத்துக்கு நல்ல வேகத்தை கொடுத்து சுவரிலோ அல்லது தூணிலோ வேகமாக இடியுங்கள். கட்டாயம் Air Bag உங்களைக் காப்பாற்றும். பின் ஆசனத்தில் ஆள் இருந்து வாகனப்பட்டி அணியாது இருந்தால் அவர் தூக்கி எறியப்படுவார். அடிபட்டவுடன் நீங்கள் இறங்கி ஓடிவிடுங்கள். எங்கோ ஒரு மூலையில் உங்கள் பிணத்தை கண்டெடுப்பதிலும் பார்க்க இது திருப்தியான ஒரு நிலைதானே?

நீங்கள் வாகனத்திற்குள் ஏறுமுன் அவதானிக்கவேண்டிய சில விடயங்கள்.

- விழிப்பாயிருங்கள்,
- சுற்றாடலை கவனியுங்கள்,
- வாகனத்திற்கு உள்ளே பாருங்கள். முக்கியமாக உங்களுக்கு பக்கத்து ஆசனத்திற்கு அடியில் அல்லது பின் ஆசனத்தில் யாராவது பதுங்கி இருக்கின்றார்களா என அவதானியுங்கள்.

உங்கள் வாகனம் ஒரு பெரிய வானுக்கு அருகில் தரித்து நின்றால் மற்றப் பக்கத்தால் ஏறுங்கள். அனேகமான தொடர் கொலையாளிகள் (Serial Killers) வாகனத்தில் ஏறுபவரை வாகனத்துக்குள் இழுத்துப்போட்டுத்தான் கொலை செய்துள்ளார்கள்.

உங்களுடைய காரிற்கு அடுத்து உள்ள காரை அவதானியுங்கள். அதில் ஒரு ஆடவன் மட்டும் தனித்து இருந்தால் திரும்பிப்போய் கடையில் சாமான் வாங்குங்கள் அல்லது வேலையைச் செய்யுங்கள். திரும்பிவரும் வேளை ஒரு பொலிஸ்காரனையோ அல்லது காவலதிகாரியையோ அழைத்து வாருங்கள். கவனமாயிருந்தால் கவலையைத் தவிர்க்கலாம்.

தொடர்மாடிக் கட்டிடங்களில் தனியாக செல்கையில் எப்பொழுதும் 'லிப்ட்' மூலம் ஏறுங்கள். மாடிப்படிகள் தவிர்க்கப்படவேண்டிய இடம். மாடிப்படிகள் குற்றங்கள் பெரிதும் இடம்பெறும் இடம். குறிப்பாக இரவு வேளைகளில் இங்கு நடப்பதை நீங்கள் அறியாது இருப்பது நல்லது.

உங்களைத் தாக்குபவரிடம் துப்பாக்கி இருந்து, நீங்கள் அவர் கட்டுப்பாட்டில் இல்லையானால் உடனே ஓட்டமெடுங்கள். ஓடும் ஒருவரை நோக்கி சுடும் வேளைகளில் 4% சந்தர்ப்பத்தில்தான் ஓடுபவரை குண்டு தாக்கும். அதிலும் பெரும்பாலான சந்தர்ப்பத்தில் முக்கிய அவயங்களை அவை தாக்குவதில்லை. இயலுமானால் குறுக்கும் நெடுக்குமாக ஓடுங்கள்.

பெண்கள் பொதுவாக இரக்க சுபாவமுடையவர்கள். ஆனால் நம்முன்னையோர் சொன்ன நான்கு குணங்களில் முதலாவதான அச்சம் மிகவும் பயன்தரக்கூடியது. இச்சந்தர்ப்பத்தில் புகழேந்திப் புலவர் பாடிய வெண்பா நினைவுக்கு வருகின்றது

நாற்குணமும் நாற்படையா
ஐம்புலனும் நல்லமைச்சா
ஆர்க்கும் சிலம்பே அணிமுரசா -
வேற்படையும்
வாளுமே கண்ணா வதன மதிக்குடைக்கீழ்
ஆளுமே பெண்மை அரசு.

இவ்வெண்பாவில் உள்ளது போல் பெண்களுக்கு அச்சம் ஒரு காவல் அரண். அறியாத ஒருவரை காணும்போது தோன்ற வேண்டிய முதல் உணர்வு அச்சம். இரக்கமல்ல. இரங்குவதனால் நீங்கள் பாலியல் வல்லுறவுக்குட்படுத்தப்படலாம். Ted Bundy என்னும் தொடர் கொலைகாரன் மிகவும் வசீகரமான தோற்றமுடையவன். எப்பொழுதும் பெண்களின் இரக்க சுபாவத்தை சாதகமாக பயன்படுத்தி கொலைகள் செய்தான்.

அவன் ஒரு கைதடியைப் பிடித்துக்கொண்டு நொண்டி நொண்டி நடப்பான். இரக்கமாகப் பார்க்கும் பெண்களிடம் தன்னை வாகனத்தில் ஏறுவதற்கு உதவுமாறு இறைஞ்சுவான். பின் அவர்களை உள்ளே தள்ளி பலாத்காரம் செய்வதுடன் தடயம் இல்லாது இருப்பதற்காக கொன்றும்விடுவான். இது தேவைதானா?

தொடர்கொலைகாரர்கள் உண்மையில் மன நோயாளிகள் என்பது மட்டுமல்ல மிகவும் அறிவுகூர்மையுள்ளவர்கள். அண்மையில் ஒரு பெண், வீட்டிற்கு வெளியே குழந்தையின் அழுகுரல் கேட்க அவர் பொலிசுக்கு தொலைபேசியில் அறிவித்துள்ளார். அவர்களுடைய முதல் அறிவுரை வெளியே வர வேண்டாம் என்பதுதான். குழந்தையின் அழுகுரல் மெதுவாக யன்னல் இருக்கும் இடம்நோக்கி நகர்வது போலிருந்தது. யாராவது அனாதையாக விட்டுச்சென்ற குழந்தை வீதிக்கு தவண்டு சென்று, வீதியில் செல்லும் காரில் அடிபடப்போகின்றதே என்று, மீண்டும் பொலிசுக்கு தொடர்பு கொண்டார். எக்காரணங்கொண்டும் கதவைத் திறக்கவேண்டாம் என்று அறிவுறுத்தினார்கள் அவர்கள். அடுத்த சில நிமிடங்களுக்குள் பொலிஸ் வந்தபோது குழந்தையின் அழுகுரல் இல்லை. குழந்தையுமில்லை எனவே எக்காரணங்கொண்டும் கதவைத்திறக்காது 911 உடன் தொடர்பு கொள்ளுங்கள்.



இரவில் திடீர் என வெளியே பைப்புக்கள் எல்லாம் திறக்கப்பட்டு நீர் சலசல என்று ஓடினால் உடனே கதவை திறந்துகொண்டு எங்கே குழாய் உடைந்துவிட்டது என்று பார்க்க வெளியே வரவேண்டாம். நீங்கள் வெளியே வரும்வரை அங்கு கொலைகாரனோ, காமுகனோ காத்திருக்கலாம். வேண்டுமானால் அடுத்த வீட்டாருக்கு அறிவித்து அவர்கள் வெளியே வந்து பார்க்கச் சொல்லுங்கள். பின் நீங்கள் வெளியே வரலாம்.

இங்கு தந்த தகவலை உங்கள் தாயோடு தமக்கையோடு தங்கையோடு தாரத்தோடு தோழியோடு பகிர்ந்துகொள்ளுங்கள்.

kumarpunithavel@thaiveedu.com



மூல உயிரணு தானம்...

25ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

கடத்தப்படக் கூடிய நோய்கள் இருக்கின்றதா எனவும் ஒரு பரிசோதனை செய்யப்படும். இவ்வாறான நோயுள்ளவர்களினால் இவர்களது நோய் தானம் பெறுபவரினை அடைவதனைத் தடுப்பதற்காக எடுக்கும் முன்னேற்பாடு இது வாகும்.

மேலும் Stem Cell தானம் செய்வதனால் முள்ளந்தண்டு பாதிக்கப்பட்டுவிடும் என ஒரு சிலர் நினைக்கின்றார்கள். எந்த விதத்திலும் முள்ளந்தண்டினைப் பாதிக்காது என்பது மட்டுமல்ல, முள்ளந்தண்டிலிருந்து எதுவும் எடுக்கப்படுவதில்லை.

என்பு மச்சை தானம், குருதி தானம் என்பவை மாற்றீட்டிற்கான குருதி மூல உயிரணுக்களை (blood stem cells for transplantation) வழங்குகின்றன என்பதும், முன்பெல்லாம் ஒருவருக்கு எலும்பு மச்சை தானமளிக்க வேண்டும் எனின் தானம் அளிப்பவர் இடுப்பு எலும்பில் ஒரு சிறு சத்திர சிகிச்சை செய்தே இந்த குருதிக்குரிய மூல உயிரணு எடுக்கப்படும் என்பதும் அனைவரும் தெரிந்து கொண்டவிடயம். இதனால் சத்திர சிகிச்சைக்குள்ளாகி இன்னொருவருக்கு தானம் செய்ய பலருக்குப் பயம் இருந்து வந்தது. ஆனால் தற்போது சத்திர சிகிச்சைக்கான தேவை அற்றுப் போகின்றது ஏனெனெல் இவை நேரடியாக எங்கள் சாதாரண குருதியிலிருந்து (peripheral blood stem cell (PBSC) எடுக்கப்படுகின்றது. அதுமட்டுமல்லாது குழந்தைகள் பிறக்கும் போது அவர்களது தொப்புள் கொடி, நச்சு கொடி என்பவற்றிலிருந்தும் blood stem cells எடுக்கப்படுகின்றது. மேலும் ஆச்சரியம் என்ன வென்றால் பெண்களின் மாதவிலக்கு குருதியில் கூட எடுக்கலாம் என ஒரு சில ஆய்வுகள் கூறுகின்றன. இவற்றிற்கான மேலதிக ஆராய்ச்சிகள் இடம்பெற்றுக் கொண்டிருப்பதால் இதனை இன்னும் கொஞ்சம் பொறுத்திருந்துதான் பார்க்க வேண்டும்.

எலும்பு மச்சை தானம் அல்லது குருதி மூல உயிரணுதானம் என்பவற்றிற்கு பக்க விளைவுகள் மிக மிக அரிதாகவே இருப்பதால் பொதுவாக பக்கவிளைவுகள் அற்றதாகவே கருதப்படுகின்றது. ஆனால் எங்கள் குருதியில் பெருமளவு தொகையான மூல உயிரணுக்கள் இல்லையாதலால், குருதியில் இருக்கும் மூல உயிரணுக்களின் எண்ணிக்கையினைக் கூட்டு வதற்கு, தானம் வழங்குபவருக்கு, தானம் வழங்குவதற்கு நான்கு நாட்களுக்கு முன் ஊசி மூலம் ஒரு மருந்து கொடுக்கப்படும். இம் மருந்து மிகச் சிலருக்கு லேசான தலை வலி; தசை, எலும்பு போன்றவையில் மிகவும் மெல்லிய வலி, தூக்கம் குழம்புதல் போன்ற வற்றைத் தோற்றுவிக்கலாம். இதற்கு acetaminophen எடுத்தால் இவ் இடையூறுகள் அற்றுப் போகும். ஐந்தாவது நாள் உடம்பிலிருந்து குருதி எடுக்கப்படும். இது apheresis என அழைக்கப்படும். இப் படிமுறையின் போது கையிலிருந்து எடுக்கப்படும் குருதி ஒரு இயந்திரத்தினூடு அனுப்பப்பட்டு மூல உயிரணு பிரித்தெடுக்கப்பட்டு மீண்டும் குருதி உடலினுள் செலுத்தப்படும். இச் செய்முறைக்கு கிட்டத்தட்ட 4 – 6 மணித்தியாலங்கள் எடுக்கும். அத்துடன் எங்கள் குருதியில் இருக்கும் blood stem cellsஇன் எண்ணிக்கைக் கேற்ப எத்தனை தடவை நாங்கள் apheresis செய்ய வேண்டும் என்பது நிர்ணயிக்கப்படும். பின்னர் குருதியிலிருந்து பிரித்தெடுக்கப்படும் மூல உயிரணுவானது Endotaxin Test எனப்படும் பரிசோதனைக்குட்படுத்தப்படும்.

மிகவும் அதிகளவிலான மூல உயிரணுக்களை நாம் குப்பையில் போடுவதாக கனடிய புற்று நோய் ஆராய்வாளரும் மருத்துவருமான Dr. Keating எடுத்துக் காட்டியுள்ளார். அவரவர் குழந்தைகளின் தொப்புக் கொடி குருதியினை தங்கள் குடும்ப நலனுக்காக வங்கியில் இடலாம். அப்படி வங்கியில் இட வசதியற்ற வர்கள் அல்லது அதற்கு முக்கியத்துவம் அளிக்காத ஒவ்வொருவரிடமும் அவர்கள் அதனைத் தானம் செய்வார்களா என அறிதல் முக்கியம் என அவர் கருத்து வெளியிட்டுள் ளார். இவ்வாறு பெற்றோர் தானம் செய்தால் இது நாடளாவிய ரீதியில் மட்டுமல்ல உலக ளாவிய ரீதியில் கூட பலருக்கு உதவக் கூடியதாக இருக்கும். தானம் வழங்கப்படும் தொப்புள் கொடி குருதியானது உடனடித் தேவையாக குருதிப் புற்று நோய் போன்ற நோய்களுக்குப் பாவிக்கப்படுகின்ற போதிலும் இதனால் மேலும் பல சாதனைகளை மருத்துவ உலகில் செய்யலாம் என்பது தெளிவாகின்றது. Liver, nerve, brain and pancreatic cells போன்ற அங்கங்கள் பழுதடைந்தவர்களுக்கு இந்த மூல உயிரணுக்களைக் கொண்டு புதிய அங்கங்கள் அல்லது கலங் கள் உருவாக்கப்பட வசதிகள் இருப்பதனால் எதிர்காலத்தில் பல நோய்களுக்கு இது நிவாரணியாக அமையலாம். மேலும் குருதி யிலுள்ள மூல உயிரணுக்களைப் போலல்லாது தொப்புள் கொடி குருதியிலிருந்து பிரித்தெடுப்பது மிகவும் சுலபம். இவ்வாறு பிரித்தெடுத்து இதனை திரவ நைதரசனுள் கிட்டத்தட்ட 190^{C}ல் பாதுகாத்து தேவை ஏற்படும் போது இளகவைத்து பாவிக்கப் படும்.

மூல உயிரணு தானம் வழங்கிய கண்ணன் என்பவர் தனது அனுபவத்தினை கூறுகின் றார். கீழ்கண்ட முகவரியில் பாருங்கள்.

http://www.youtube.com/watch?v=5NtSHDGrZMY

எப்படி ஒருவரது குருதியிலிருந்து Stem Cell பிரித்தெடுக்கப்படுகின்றது என்பதனைக் கீழ் கண்ட முகவரி காட்டுகின்றது

http://www.youtube.com/watch?v=Fl13elGc4dQ

புதிதாக குழந்தை பெற்றுக் கொள்ளும் பெற்றோர்கள் உங்கள் வம்சத்தினை வரும் நாட்களில் பாதுகாக்க தொப்புள் கொடியினை cord blood bankingல் சேகரித்து வைத்துக் கொள்ளலாம். அவ்வாறு சேகரிக்க விரும்பாதவர்கள் அதனை வீணே குப்பையில் எறிந்து விடாது தானமாக வழங்கினால் கிட்டத்தட்ட 70க்கும் மேற்பட்ட நோய்களுக்கு அது மருந்தாகலாம். மேலதிக விபரங்களுக்கு இவ் இணையத்தளத்தினைப் பாருங்கள். http://www.lifebank.com

நான் கிரமமாக குருதி தானம் செய்துகொண்டிருக்கிறேன். ஆனால் இந்தத் தடவைதான் Stem Cell தானம் செய்யப் போகின்றேன். அதன்பின்னர் கட்டாயமாக எனது அனுபவங்களை உங்களுடன் பகிர்ந்து கொள்வேன். முடிந்தவரையில் மற்றையவர்களது உயிர்காக்க எங்களால் இயன்றவற்றைச் செய்வோம். கனடிய தமிழர்களுக்கு CANA009345 என்னும் அடையாள இலக்கம் உண்டு இதனை நீங்கள் பாவித்துக் கொள்ளலாம்.

தானத்தில் சிறந்த தானம் உயிர்கொடுக்கும் தானம். எங்கள் உயிரை வைத்துக்கொண்டே இன்னொருவருக்கு உயிர் கொடுக்கக்கூடியதாக இருக்கும் நாங்கள் அதிர்ஷ்டசாலிகள். தன்னுயிர் போல் மன்னுயிரும் காப்போம்.

sivagini.bala@thaiveedu.com



வீட்டை விற்பது எப்படி?

உங்கள் வீட்டை விற்பது எப்படி?
How to sell your Home (என்னும் ஒன்ராறியோ Real Estate சபையால் வெளிடப்பட்ட ஆங்கில நூலைத் தழுவித் தொகுத்தது)

'உங்கள் வீட்டை எப்படி விற்பது'' என்ற இவ் ஆக்கம் உங்களுக்கு ஒரு வழிகாட்டி

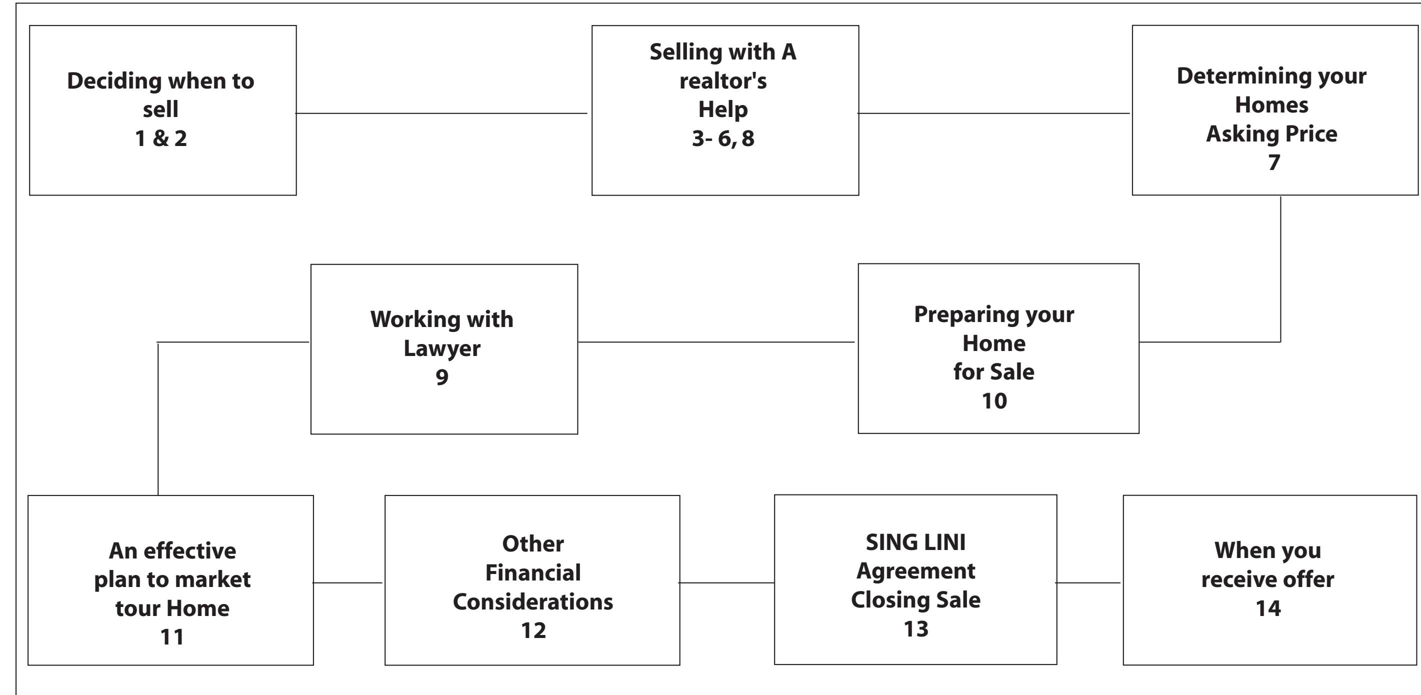
பாகம் - 1

வேண்டிய அறிவும், அனுபவமும், பயிற்சியும் பெற்றவராவர். ஒரு வீடு விற்பனை முகவர் உங்கள் வீட்டையும், வீட்டுச் சந்தை நிலவ-ரத்தையும் கண்டு அறிவார். உங்கள் தேவை-யும், வீட்டை விற்பவர் என்ற முறையில்

தில் ஒப்பமிட்டு விற்பனையை முடித்து வைப்பது வரை விளக்குகிறது. இந்த ஒழுங்கு முறையிலேயே இந்நூல் எழுதப்பட்டுள்ளது.

அலகு 1
விற்க முடிவுசெய்தல்

உங்கள் வீட்டை விற்க முடிவு செய்யும்



மட்டுமே. இது வீடு விற்பனை முகவர்களது வேலையைச் செய்ய முடியாது. வீடு விற்ப-னை சம்பந்தமான சகல விடயங்களையும் நீங்கள் தெரிந்துகொள்ள உதவும் என்ப-தற்காகவே இவ்ஆக்கம் பயன்படும். அத்துடன் வீடு விற்பனை முகவர், சட்ட வல்லுநர்கள், வீட்டுப் பரிசோதகர்கள், வீட்டின் விலை மதிப்பீட்டாளர்கள் (Appraisals) போன்றோரின் உதவி உங்களுக்கு அவசியம்.

அறிமுகம்: உங்களுடைய வீடுதான் நீங்கள் விற்கும் பெரியசொத்தாகும். எனவே அதை நீங்கள் குறிப்பிட்ட கால எல்லைக்-கள் நல்ல விலைக்கு விற்க விரும்புவது இயற்கையே. ஆனால் இது உங்களுடைய பழைய Washer & Dryer (உடுப்புகழுவி, உலர்த்தியை)ஐ விற்பது அல்லது உங்கள் உபயோகித்த பழையகாரை விற்பது போன்-றதல்ல.

வீடுவிற்பது ஒரு சிக்கலான அடிக்கடி உணர்ச்சிவரக்கூடிய, வீடு விற்பது பற்றிய ஆழமான அறிவும், அனுபவமும் இதுபற்றிய சட்டவிதிகள் பற்றிய விளக்கமும், அத்துறை யில் உள்ள நெளிவு சுளிவுகள் பற்றிய அறிவும் தேவைப்படும் ஒருவிடயமாகும்.

ஒரு சிறு தவறு உங்களுக்கு மனஉழைச்ச-லையும் பல ஆயிரக்கணக்கான டொலர்கள் நட்டத்தையும் ஏற்படுத்தலாம். எனவேதான் Real Estate சபையைச் சேர்ந்த ஒரு வீடுமனை விற்பனை முகவரின் உதவியை நாடவேண்-டியது அத்தியாவசியமானது. ஒரு வீடுமனை விற்பனை முகவர், நீங்கள் உங்கள் வீட்டை விற்க எண்ணிய நேரத்திலிருந்து அதை விற்கும்வரை சகல விடயங்களிலும், உங்க-ளுக்கு வேண்டிய அறிவுரை வழங்க

உங்களுடைய பொறுப்புகளையும் நன்கு உணரக்கூடியவர். அவர் உங்கள் வீடுவிற்-பனையை ஒரு மகிழ்ச்சியான அனுபவமாக ஆக்கக்கூடிய திறனும், கடமைப்பாடும் உள்ளவர்.

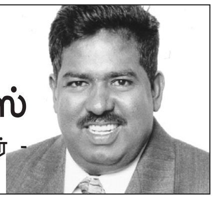
நீங்கள் உங்கள் வீட்டை விற்க எண்ணியி-ருந்தாலும் சரி, அல்லது ஒரு வீடு விற்பனை முகவரின் உதவியைப்பெற்று வீடுமனை விற்பனையில் ஈடுபட்டிருந்தாலும் சரி, இத்-தகவல் நீங்கள் என்ன விடயங்களை எதிர் பார்க்க வேண்டும் என்பதை உங்களுக்குத் தெளிவுபடுத்தும். மேலும் உங்கள் வீடு விற்பனை முகவர், சட்ட நிபுணர் மற்றும் வீடு சம்பந்தமான சகல நிபுணர்கள், உங்கள் வீட்டை நீங்கள் எதிர்பார்க்கும் நியாயமான விலையை நிர்ணயிப்பதிலும், எப்படி உங்கள் வீட்டைச் சந்தைப்படுத்தலாம் என்பதிலும், விற்பனைக்கு முன் வீட்டின் உட்புற வெளிப்புற தோற்றத்தை எப்படி அதிகரிக்கச் செய்வது என்ற விடயங்களை உங்களுக்கு தெரிவிப்-பார். அத்துடன் வீடு விற்பனை சம்பந்தமான சகல தொழிநுட்பம், சட்டம் வரி ஆகியன சம்பந்தப்பட்ட விடயங்களை விளங்கப்படுத்-துவார்.

வீட்டுச் சொந்தக்காரர் அனைவரும் இத் தொடரை படிக்கப்போவதில்லை என்றாலும், தமக்கு விருப்பிய வேண்டிய பகுதிகளை மட்டும் படிப்பவரும் உண்டு. எது எப்படி-யானாலும், உங்களுக்கு ஒரு விடயத்தைத் தெரிந்துகொள்ள இவ்ஆக்கம் பயன்படலாம்.

வீடு விற்கும்போது ஒருவர் செய்யவேண்டிய வற்றை முறைப்படி விளக்குவதே எமது நோக்கம். கீழே தரப்பட்டுள்ள விளக்கப்படம் வீடு விற்க எண்ணியத்திலிருந்து ஒப்பந்தத்-

போது விற்கவேண்டிய நோக்கம் என்ன? என்பதைச் சிந்திக்க வேண்டியது அவசியம்.

- நீங்கள் ஏன் விற்கின்றீகள்?.
- இதற்கு மாற்றாக என்ன செய்யலாம் என யோசித்தீர்கள்?.



S.K. பாலேஸ்
- வீடு விற்பனை முகவர் -

- விற்பதற்கு உகந்த காலம் எது?.
- எவ்வளவு தொகை எதிர்பார்க்கிறீர்கள்?.
- விற்பனை மூலம் வேறு என்ன இலட்சி-யத்தை அடைய முயற்சிக்கிறீர்கள்?.

இந்த இலக்குகளை உங்கள் வீடு விற்பனை முகவருடன் அடையாளம் காணல் வேண்டும். இது உங்களுக்கு எல்லா விடயங்களும் சிறப்புற அமைய வழிசெய்யும்.

விற்க வேண்டிய காரணங்கள்

பொதுவாக மக்கள் தங்கள் வீட்டை பின்வரும் காரணங்களுக்காக விற்க முற்படுவர்.

- வேலை
- குடும்பம்
- நிதி நிலைமை
- வாழ்க்கை முறை

இத்தேவைகள் மாறுபடலாம் உதாரணமாக, உங்களுக்கு ஒரு குழந்தை பிறந்தால் நீங்கள் செய்யும் வேலையை மாற்றவேண்டி ஏற்பட-லாம். உங்கள் பணத்தேவை அதிகரிக்கலாம். வதிவிடம் பெரிதாக தேவைப்படலாம். உங்-கள் சூழலையும் வாழ்க்கை முறையையும் கூட பாதிக்கலாம். முக்கியமான மாற்றங்கள் எங்கள் முடிவுக்கு ஊக்க சக்தியாக அமைந்து விடுகிறது.

skbales@thaiveedu.com



நம்பிக்கை உடன்பாடு


கல்யாணி நாதன்
நிதி திட்டமிடல் ஆலோசகர்-

இந்த தலைப்பை பார்த்ததும் இதற்கும் நிதி விடயங்களுக்கும் என்ன தொடர்பு என்று ஆச்சரியப்படுகிறீர்களா? இது வேறு ஒன்றுமல்ல. ஆங்கிலத்தில் ‘கிரெடிட் யூனியன்’’ என்று அழைக்கப்படும் நிதி நிறுவனத்தின் தமிழ் மொழிபெயர்புத்தான். எனவே உங்களை போட்டு குழப்பாமல் இனி கிரெடிட் யூனியன் என்ற பெயரையே பாவிப்போம்.

கிரெடிட் யூனியன் வங்கியின் வரலாறு மிக மிகச் சுவையானது. பொதுவாக வங்கி என்றால் அது முதலாளிகளின் கோட்டை. இங்கு சாதாரண குடிமக்களானவர்கள் பணத்தை வைப்பதற்கும், பணம் அறவிடுவதற்கும் கட்டணம் என்று வங்கியின் பங்குகாரர்கள் முன்னிலைப்படுத்தி செயல்படும். இந்நிலையில் சாதாரண குடிமகனுக்கு வங்கியின் லாபம் ஆகாயத் தாமரையாக; இல்லாத ஒன்றாக இருந்தது.

இந்நிலையில் 1900 ஆண்டுகளில் கூட்டுறவு அடிப்படையில் சட்டதிட்டங்களுக்கமைய கிரெடிட் யூனியன் என்ற குறிக்கோள் முன் வைக்கப்பட்டது. இன்று நாடெங்கிலும் கிரெடிட் யூனியன்கள் காணப்பட்டாலும் முதல் கிரெடிட் யூனியன் என்ற பெருமையை குபெக் மாகாணத்திலுள்ள லெவிஸ் (Levis) என்ற மக்களையே சேரும். 1900ம் ஆண்டு 80 பொது மக்களின் கூட்டு முயற்சியே முதல் கிரெடிட் யூனியன் தோன்றியதற்கு காரணமாகும்.

பொது வங்கிகளுக்கும் கிரெடிட் யூனியனுக்கும் உள்ள பொரும் வித்தியாசம் என்ன என்று கேட்டால் வங்கிகள் அதன் உரிமையாளர் லாபத்திற்காக ஏற்பட்டது. கிரெடிட் யூனியன் அதன் வாடிக்கையாளர் நன்மைக்காக ஏற்ப டுத்தப்பட்ட லாபநோக்கற்ற அமைப்பாகும்.

1900இல் ஆரம்பிக்கப்பட்ட கிரெடிட் யூனியன் 1940ம் ஆண்டளவில் கனடா நாடுமுழுவதுமே பரவலாக பல கிரெடிட் யூனியன்கள் தோன்றி பொது மக்களுக்கு தொண்டாற்றி வருகிறது. இத்தகைய கிரெடிட் யூனியன்கள் ஒத்த அபிலாசைகள், எதிர்பார்ப்புக்கள், பாரம்பரியங்கள் உள்ளவர்களின் கூட்டுமுயற்சியால் உடன்பாட்டிலும் நம்பிக்கையிலும் தோன்றியவையே. இவைகள் தொழிற்சங்கங்களின் அங்கத்தவர்களை கொண்டும் அமைந்துள்ளமை குறிப்பிடத்தக்கது. உதாரணத்துக்கு ஆசிரியர் சங்கம், கார் தொழிலாளர் சங்கம் ஆகியன போன்ற அமைப்புகளும் கிரெடிட் யூனியன்கள் அமைத்து பயன்பெறுகின்றன.

இன்று இத்தகைய கிரெடிட் யூனியன்கள் 24,000 சேவையாளர்களையும் ஐந்து மில்லியனுக்கு மேல் அங்கத்தவர்களையும் உள்ளடக்கி 114 பில்லியனுக்குமதிகமான செல்வத்தை கையாளுகிறது.

கிரெடிட் யூனியன் சரித்திரத்தை கவனித்தால் ஒரு பெரிய உண்மை தெரியும். அவைகள் சாதாரண மனிதனையும் தேசிய செல்வ வளர்ச்சியில் பங்கெடுத்து தனது ஆக்கபூர்வ மான பங்களிப்பை செய்ய ஒரு தளத்தை அமைத்துக்கொடுக்கிறது. அடம்பன் கொடியும் திரண்டால் மிடுக்கு’ என்ற வாக்கியத்துக்கமைய சாதாரண மனிதனையும் மிடுக்குடன் நானும் தேசிய செல்வ வளர்ச்சியில் ஆக்க பூர்வமான பங்களிப்பு செய்கிறேன் என்று சொல்வதற்கு இக் கிரெடிட் யூனியன் வழிவகுக்கிறது.

இக் கிரெடிட் யூனியன்கள் ஒரு சமூகத்திற்காக அச்சமூகத்தால் இயக்கப்படுகிறது என்ற கோட்பாட்டுடன் இயங்குகின்றது. வங்கிகளைப்போலவே கிரெடிட் யூனியன்களும் அரசாங்கத்தின் நிதிப்பராமரிப்புக்கும் கட்டுமானத்துக்கும் உட்பட்டே நடாத்தப்படகிறது. கனடாவில் DISC என்ற அமைப்பின் மூலம் வாடிக்கையாளருடைய பணத்தில் $100,000 காப்புறுதி செய்யப்பட்டிருக்கும். அதாவது ஏதாவது காரணத்தால் வங்கி இழுத்து மூடப் பட்டால் அதன் வாடிக்கையாளரின் முதலீட்டில் முதல் நூறாயிரம் டொலர்கள் காப்புறுதி செய்யப்பட்டு இருக்கும் DISC என்பதன் அர்த்தம் Deposit Insurance Corporation of Canadaவாகும்.

இத்தகைய கிரெடிட் யூனியன் கொள்கைக ளை சுருங்கச் சொல்வதானால்

- சுயேற்சையானதும் பரந்துபட்டதுமான அங்கத்துவம்
- அங்கத்தவர்களுக்கு ஜனநாயகமான கட்டுப்பாட்டுரிமை
- அங்கத்தவர்களுக்கு பங்குகள் மூலம் ஆதாயத்தில் பங்கேற்பு
- சுயேட்சையும் சுதந்திரமுமான கட்டுப்பாடு (ஒரு குறிப்பிட்ட சமூகத்தின் கட்டுப்பாடு)
- அங்கத்தவர், அலுவலர்கள், பராமரிப்பாளர்களுக்கு கற்பித்தல்.
- கூட்டுறவு அமைப்புகளுடன் கூட்டுறவு
- சமுதாயத்தில் அதீத ஈடுபாடு

இன்று உலகியல் ரீதியாக நோக்கில் 91 நாடுகளில் 43,000 கிரெடிட் யூனியன்கள் இயங்கி வருவதுடன் அவற்றில் 136 மில்லியன் மக்கள் அங்கத்துவம் வகிக்கிறார்கள்.

கனடாவில் 2008ம் ஆண்டு இறுதியில் செய்த கணிப்புப்படி 516 கிரெடிட் யூனியன்கள் 124.1 பில்லியன் பணத்தொகையை பராமரிப்பதுடன் கடைசி ஆறு மாதங்களில் 4.1 விகித வளர்ச்சி அடைந்துள்ளது. பெரும் வங்கிகள் பணநெருக்கடி காரணமாக மூடப்பட்டும், கையேந்தியும் நிற்கும் காலகட்டத்தில் இத்தகைய அதீத வளர்ச்சி கூட்டுறவின் சிறப்பைத்தான் காட்டுகிறது. மேலும் இன்னுமொரு விடயம் ஒவ்வொருவரும் கஷ்டங்களும் பிரச்சினைகளும் வரும்வேளைகளில் தம் இனத்தவரை உறவுகளை நாடுவதுபோல் மக்களும் இத்தகைய சுய சமூக கிரெடிட் யூனியன்களை நாடியுள்ளார்கள்.

மேலும் சமூகம் சார்ந்த கிரெடிட் யூனியன்கள் தமக்கு தொந்த மொழியில் கதைத்து முதலீட்டுச் செலவுகளை செய்ய முடியுமாகையால் இவ்வமைப்புகளை விரும்புவர். உதாரணத்திற்கு யூக்கிரேனிய சமூகம், சீனச் சமூகம், போத்துக்கேசச் சமூகம் என பல சமூகங்கள் தத்தம் சமூகத்திற்கு கிரெடிட் யூனியன் அமைத்துள்ளனர். அச்சமூக முதியோர்கள் தம் தாய்மொழியிலேயே கலந்துரையாடி செயற்பட இது சந்தர்ப்பமளிக்கிறது. உதாரணத்திற்கு ஒரு யூக்கிரேனிய முதியவர் ஆங்கிலம் தெரியாதபட்சம் ஒரு பெருவங்கியில் தமது மொழி தெரிந்தவரை தேடி அவலப்பட வேண்டி இருக்கும். அவர்கள் வசதிக்காக சில சமூகத்தினர் செறிந்துவாழும் இடங்களில் மொழி தெரிந்த ஒருவரை நியமிப்பதன் மூலம் பெருவங்கிகள் உதவுகின்றன. ஆனால், சமூகம் சார்ந்த கிரெடிட் யூனியன்கள் பெருமளவு தம் இனத்தவரை அமர்த்துவதனால் இச்சிரமம் ஏற்படுவதில்லை.

அதேவேளை மற்ற வங்கிகளிலும் இவர்கள் தங்கள் வங்கிக் காட் மூலம் பணம் மீளப் பெறமுடியும்.

உதாரணத்துக்கு புலம் பெயர் ஈழத்தவர்கள் ‘மாகோசா’ என்ற பெயரில் ஒரு கிரெடிட் யூனியனை அமைத்து தமிழ் முதியவர் செறிந்துவாழும் மார்க்கம் எல்ஸ்மெயர் சந்தியில் வங்கி அமைத்துள்ளார்கள். இதனால் இப்பகுதியில் உள்ள ஆங்கிலம் தெளிவாக தெரியாத தமிழர்கள் எளிதில் இந்த கிரெடிட் யூனியன் பணியாட்களுடன் தமிழில் கதைத்து சேவையை பெறலாம். இதேபோல் சீன, போத்துக்கீச சமூகங்கள் அவரவர் செறிந்து வாழும் பிரதேசங்களில் கிரெடிட் யூனியன்களை அமைத்துள்ளனர்.

இக்கூட்டுறவு சித்தாந்தத்தில் அமைந்துள்ள இந்த வங்கிகள் தேசிய நிதி நீரோட்டத்தில் கணிசமான பங்களிப்பு செய்கின்றன என்பதை யாரும் மறுக்க மாட்டார்கள்.

kalyani.nathan@thaiveedu.com



தைரொயிட்டுச்...

9ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

- மெதுவான இதயத்துடிப்பு
- உடல்நிறை அதிகரித்தல்
- மாதவிடாய் ஏற்படும் நாட்களுக்கு முன்பாக வயிற்றுவேதனை ஏற்படுதல்
- சிலருக்கு குழந்தைகள் தங்குவதில் சிரமம்.
- காய்ந்த தோல்
- முடி உதிர்தல்
- அடிக்கடி கிருமித்தொற்றுக்கு ஆளாகுதல்
- ஒற்றைப்பக்கத் தலையிடி
- தடித்த குரல்
- மனதில் தளர்ச்சி
- மலச்சிக்கல்
- கழுத்து கழலை

தைரொயிட்டுச் சுரப்பியானது நாம் உட்கொள்ளும் உணவு, X-கதிர் வீச்சு, மதுசாரம், மருந்து வகைகள், மிகுதியாக உணவில் சேர்த்துக்கொள்ளப்படும் நிரம்பாத கொழுப்பமிலங்கள் என்பவற்றால் பாதிக்கப்படலாம். உணவில் தைரொக்சின் ஹோமோன் உற்பத்தியாவதற்குத் தேவையான அயடீன், மற்றும் புரத உணவு வகைகள் போன்றவற்றை அன்றாடம் தேவையான அளவு சேர்த்துக் கொள்வது நன்மை பயக்கும்.

சில பிள்ளைகளுக்கு பாரம்பரியமாக இத் தைரொக்சின் குறைபாடு உள்ள நோய் ஏற்பட்டால், அதை நேரகாலத்துடன் கண்டறிதல் வேண்டும். அல்லாதுவிடின் மூளை வளர்ச்சி குன்றுவதுடன் அவர்கள் வளர்ச்சி குன்றி குள்ளமானவர்களாக கட்டையாக இருப்பார்கள். நேரகாலத்துடன் செய்யப்படும் சிகிச்சை மூலம் இதைத்தவிர்க்கலாம். இதன் காரணமாகக் குழந்தைகள் பிறந்து ஒரு வருடகாலத்தினுள் இக்குறைபாடு உண்டா என அறிதல் நல்லது. அதுபோல் 50 வயதிற்கு மேற்பட்டவர்களும் பரிசோதித்துக்கொள்ளுதல் நல்லது.

நோயைக் கண்டுபிடித்தல்:

குருதியில் உள்ள வெவ்வேறு ஹோமோன்களின் அளவுகளை அறிவதன் மூலம் தைரொயிட்டுச் சரப்பி சரியாகத் தொழிற்படுகிறதா என்பதை அறிந்து கொள்ளலாம். (T4.T3.TSH அளவுகள்)

TSHன் அளவு கூடுதலாக இருந்தால் தைரொயிட்டுச் சுரப்பி சரிவர இயங்கவில்லை என்பது பல மருத்துவ வல்லுநர்களின் கருத்தாகும். அதுபோல் சிறிதளவு கதிர்வீச்சுடைய அயடீனை உட்கொள்ளக்கொடுத்து அவை தைரொயிட்டுச் சுரப்பியினால் எவ்வளவு தூரம் உறிஞ்சப்படுகின்றன என்பதைக் கணித்து, உறிஞ்சும் வீதம் குறைவாக இருந்தால் அது Hypothyroidism என்று கூறுவார்கள். அதாவது குறைந்தளவு சுரப்பை ஏற்படுத்தும் நோய் என்று கூறுவார்கள்.

சிகிச்சை:

தைரொக்சின் சுரப்பு குறைவாக இருப்பதால் செயற்கை முறையில் வில்லைகள் உட்கொள்ளக் கொடுக்கப்படும்.

Levo Thyroxine (T4) என்ற வில்லையை உட்கொள்ளக்கொடுத்து 2 தொட்டு 4 வாரங்களின் பின்பு பல மாற்றங்களைக் காணக்கூடியதாக இருக்கும். சில சமயங்களில் T4 உடன் T3 வில்லைகளையும் சேர்த்துக் கொடுப்பார்கள்.

கர்ப்பிணித்தாய்மார்கள், பலவீனமான இதயத்தை உடையவர்கள், முதியவர்கள், சத்திர சிகிச்சைக்கு உட்படுத்தபடுபவர்கள்பால் அதிக கவனம் செலுத்தப்படும்.

senthilnathan.kandiah@thaiveedu.com





HOMELIFE FUTURE REALTY

7 Eastvale Dr #205
Markham, Ontario
L3S 4N8

Office: 905-201-9977
Fax: 905-201-9229

14th Ave/9th Line



5 Bedrooms.
4 Washrooms.
Hardwood Floors Thru-out
9' Ceilings on Main Floor.
Close to all Amenities.

McCowan/Sheppard



4 Bedrooms.
3 Washroom.
Close to all Amenities.
Stainless Steel Appliances
A Must See Property.

16th Ave/9th Line



4+2 Bedrooms.
4 Washrooms.
Finished Basement.
Luxuriously Upgraded.
Hardwood Floors.



LOKAN SUNDARAM

Broker

416-450-3984
lokan.homelife@gmail.com

LOW INTEREST RATES!
OPPORTUNITY TO BARGAIN!
ACT NOW!!
BUY WITH LOKAN!

CALL ME FOR ALL YOUR,
MORTGAGE AND RE-FINANCING
NEEDS

வீடு வாங்கவும், விற்கவும்.......

Morningside/Sheppard



$319,000

3 Bedrooms, 3 Washrooms
Well Kept Home.Very Spacious Layout With Eat In Kitchen & W/O To Large Back Yard

Steeles / Martin Grove



$319,900

3 Bedrooms, 3 Washrooms
Beautiful 3 Bed Room Family Home In 'Cul-De-Sac'**Many Upgrades**Pride Of Ownership

Hillcrest/Confederation



$499,000

3+3 Bedrooms, 3 Washrooms
Bright Spacious Bunglow On Huge Lot, Massive 3 Bedrooms Bsmt Apartment W/Sep Entrance

Morningside/Warnsworth



$309,000

4 Bedrooms, 3 Washrooms
High Demand West Hills Area. Freshly Painted,Renovated Kitchen, New Furnace (2007), New Ac (2007)

Creditview/Eglinton



$499,000

5+1 Bedrooms, 4 Washrooms
Wow! Big And Beautiful! Perfect For The Growing Family And A True Entertainer's Delight. 3300 Square Feet

Birchmount/Danforth



$309,900

3+2 Bedrooms, 3 Washrooms
Beautiful And Well-Maintained Home. Move-In Condition.

Islington/Rexdale



$294,500

3 Bedrooms, 2 Washrooms
Excellent Location, The House Need Several Tlc, Upgraded Kitchen And Windows

Markham/Mclevin



$259,900

3 Bedrooms, 2 Washrooms
Well Maintained House With New Kitchen, Backyard Facing School, Good Location. New Windows

சகல விதமான
படிவங்களும்
நிரப்பிக் கொடுக்கப்படும

To Fill any Forms (Sponsors, ODSP, Tax & etc...)

இரஞ்சன் *or*
செல்வா
416.816.1220



*INDEPENDENTLY OWNED AND OPERATED

RANJAN *FRANCIS XAVIER*

Sales Representative

Cell: 416.816.1220
Office: 416.284.5555

880 Ellesmere Road. Suite 204, Scarborough, ON.



வளமான வாழ்விற்கு வதிவிடம் வாங்கிட......

குளிர்காலமும் உங்கள் வாகனமும்

குளிர்காலத்தை எதிர்கொள்ள உங்கள் வாகனத்தை எப்படி தயார் செய்ய வேண்டும்.

குளிர்காலத்தின் போது காலநிலை மிக குளிர்ச்சியாகவும், சாலைகள் வழுக்கலாகவும் மற்றும் வீதிகளின் மீது ஒரே மண்ணாகவும் இருக்கும். இவற்றையெல்லாம் சமாளித்து உங்கள் கார் செல்லவேண்டும். முதலில் காரில் உள்ள பழைய Battery, Engine oil, தேய்ந்து போன Spark plugகள், மேசமான Thermostat, பழுதடைந்த Tires and Wipers ஆகியவற்றை மாற்றிவிட்டு, அதற்கு பதிலாக புதியவைகளை சேர்க்கவேண்டும். இல்லை-யென்றால் சில அதிகாலை நேரங்களில் உங்கள் காரால் உங்களுக்கே பிரச்சினை-யாகி விடும்.

குளிர்காலத்திற்கு முன் பரி-சோதித்தலும், பராமரித்தலும்:

Battery engine, All the belt, Brake, Tires, Wind shield, Wiper, Light and Spare tire போன்ற உங்கள் காரிலுள்ள பற்பல பொருள்-களை குளிர்காலத்திற்கு முன் நீங்கள் சோதித்து பார்க்க வேண்டியது அவசியம். குளிர்காலத்திற்கு முன்னமே Eninge Oil மற்றும் மற்ற Fluidகளை புதிதாக மாற்றிவிட வேண்டும். இல்லையென்றால் குளிர்காலத்தின் குளிர்ச்சியான சீதோஷ்ண நிலை பிரச்சி-னையை ஏற்படுத்திவிடும்.

ஒரு Mechanic மூலம் Engine oilஐ மாற்றுங்கள். Brake and steering ஆகியவற்றில் பழுது இருந்தால் சரி செய்யுங்கள். குளிர்காலத்-திற்கு முன்பே Engine cooling அமைப்பு ஒரு mechanic மூலம் ஒழுங்குபடுத்தப்பட வேண்டும். ஒரு பழுதடைந்த thermostat அல்லது ஒரு சிறிய Leak கூட குளிர்காலத்திற்கு தேவையான உஷ்ணத்தை இல்லாமல் ஆக்கிவிடும். எனவே உங்கள் காரை ஒழுங்கான முறையில் பழுது பார்த்து வைத்திருங்கள்.

winter tires:

நல்ல தரமான winter tireகள் தான் பனியால் மூடப்பட்ட அல்லது பனிக்கட்டி போன்ற வீதிகளில் உங்கள் காரை நன்கு இழுத்துச் செல்லும். இதற்கு விலை சற்று அதிகமாக இருந்தாலும், நல்ல பலன் தரகூடியது. ஏற்கனவே steel rimகளில் பொருத்தப்பட்டுள்ள winter tireகளை வாங்குங்கள். ஏனென்றால் குளிர்காலத்தின் போது தேவைப்படும் நேரத்தில் அந்த tireகளை உடனே காரில் இணைத்து விடலாம். நான்கு சக்கரங்களிலும் winter tireகளை இணைக்கவேண்டும். குளிர் காலத்தின் போது உங்கள் காரை கவனமாக ஓட்டுங்கள். குளிர்காலம் முடிந்த பின் winter tireகளை மாற்றிவிடுங்கள். ஏனென்றால் வெப்பமான சீதோஷ்ண நிலையில் உலர்ந்த சாலைகளில் செல்லும் போது அவை விரைவில் தேய்ந்துவிடும்.

Tireன் காற்றழுத்தம் (Pressure)

குளிர்காலத்தின் போது உங்கள் Tireன் காற்றழுத்தம் மிக சரியாக இருக்கவேண்டும். அப்போது தான் Tire வீதியில் நன்கு பற்றிச் செல்லும்.

Battery & windshield

Battery எப்பொழுது செயலிழந்துபோகும் என்று முன்கூட்டியே நாம் கணிக்கமுடியாது. சில நேரங்களில் எந்தவித முன் அறிகுறிகள் இல்லாமலேயே அது திடீரென்று செயலி-ழந்துவிடும். ஆயினும் crank முன்பைவிட மெதுவாக சுழலும் போது battery ஒரு முடிவுக்கு வந்துவிடும் என்று நீங்கள் நினைக்கலாம். இரண்டு மூன்று வருடங்களாகி விட்ட பழைய batteryஐ உடனே மாற்றிவிடுங்கள். இல்லையென்றால் குளிர்காலத்தில் காரை start பண்ணுவது பெரும் பிரச்சினையாகிவிடும். Battery terminalகள் இறுக்கமாகவும் மற்றும் அரிக்கப் பட்டிருக்காமலும் இருக்க வேண்டும்.

windshield wiper:

பழைய windshield wiperகள் சிலசமயம் சரியாக வேலை செய்யாது. குளிர்காலத்தின் போது கார் செலுத்தும் போது கண்ணுக்கு எல்லாம் தெளிவாக தெரியவேண்டும். அதற்கு wind shield wiperகள் பெரிதும் உதவும். குளிர்காலத்திற்கு பிரத்தியேகமான wind shield washer fluid நீங்கள் பயன்படுத்த வேண்டும். wind shieldஐ நன்கு துடைத்து சுத்தமாக வைத்திருப்பது அவசியம்.

பிரதான பாகத்தை பாதுகாத்தல் (Protecting car body)

குளிர்காலத்தின் கடுங்குளிர், ஈரம் மற்றும் மண் முதலியன உங்கள் காரின் வெளிப்புற Paintஐ அரித்துவிடும். வீதிகளில் Road salt லைச் சமாளிப்பதற்கு உங்கள் வாகனத்தை rust proofing செய்யுங்கள். மேலும் மெழுகு பூசுவதன் மூலம் உங்கள் காரின் paint அழிந்துவிடாமல் நீங்கள் பாதுகாக்க முடியும். காரின் cowl panel (தொப்பி பகுதி)க்கு அடியில் wind shield மற்றும் மற்ற பகுதிகளுக்கு கீழே இலையுதிர் காலத்தின்போது சேர்ந்திருக்கும் இலைகள் மற்றும் வேறு குப்பை-களை அகற்றிவிடுங்கள். இலைகள் தண்ணீர் வழிந்தோடுவதை தடுத்துவிடும். இதனால் அந்த பகுதி அரித்து போய்விடும். மேலும் காரினுள்ளே ஈரப்பதமும் அதிகரித்துவிடும்.

குளிர்காலத்தின் போது நீங்கள் உங்கள் வாகனத்தை அடிக்கடி கழுவி சுத்தமாக வைத்திருக்க வேண்டும். ஈரம் மற்றும் அழுக்கு, சக்கரங்களின் உட்புறத்திலும் கதவுகளின் கீழேயும் மற்றும் வேறு பகுதிகளிலும் சேர்ந்து விடாமல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். ஒரு service stationல் உங்கள் வாகனத்தை சுத்தம் செய்து அனைத்து அழுக்குகளையும் நீக்குவது மிகவும் நல்லது.

கதவு பூட்டுகளில் கிரீஸ் அல்லது எண்ணெய் போடுங்கள்.

வாகனத்தின் கதவு மற்றும் trunk பூட்டுகளில், உராய்வை குறைப்பதற்கு எண்ணெய் போடுங்கள். அதனால் அவை பனிகாலத்தில் உறைந்து போகாமல் இருக்கும். உங்கள் வாகனத்தில் சறுக்குக் கதவுகள் (sliding doors) இருந்தால் door railகளில் (கதவு தண்டவாளங்கள்) எண்ணெய் போடுங்கள்.

கதவு sealகள் உறைந்து போகமால் தடுப்பது எப்படி?

இறப்பறினாலான கதவு sealகள் பனியால் உறைந்து போகாமல் தடுப்பதற்கு அதற்கென உள்ள பிரத்தியேகமான எண்ணெய் (lubricant) போட வேண்டும்.

அறியவேண்டிய முக்கியமான விஷயங்கள்.

- Synthetic oilஐ பயன்படுத்தினால் கடுங் குளிரிலும் உங்கள் வாகனத்தை எளிதாக start பண்ண முடியும்.
- "Check Engine" விளக்கு எரிந்தால் உடனே உங்கள் engineஐ பரிசோதனை செய்து கோளாறை சரி செய்யுங்கள்.
- குளிர்காலம் தொடங்குவதற்கு முன்பே தேய்ந்து போன spark plugகள் அல்லது பழுதடைந்த ignition cables போன்றவை-களை புதிதாக மாற்றிவிடுங்கள்.
- Diesel engine உள்ள வாகனங்களில் அழுக்கான fuel filter அல்லது மோசமான heater plug போன்றவைகளை உடனடியாக மாற்றியமைக்க வேண்டும்.
- குளிர்காலத்திற்கான பிரத்தியேகமான floor matகளை வாகனத்தில் பயன்படுத்துங்கள். வாகனத்தின் carpetன் கீழ் தண்ணீர் கசிந்துவிடாமல் அது தடுக்கும். அதனால் அடியிலுள்ள electronics உதிரி பாகங்களை பாதுகாக்க முடியும்.

குளிர்காலத்திற்கான கருவிப் பெட்டி (Winter Kit).

குளிர்காலத்தில் எந்த சூழ்நிலையையும் சமாளிக்கும் திறன் உங்களுக்கு இருக்க வேண்டும். அதற்கு உங்களுக்கு ஒரு கருவிப்பெட்டி தேவை. அதில் ஒரு ice scraper, a shovel, kitty litter, chain, Traction mat, warning light, an emergency sign, a flash light, booster cable, a fire extinguisher, wind shield, waster fluid, antifreeze, முதலுதவி பெட்டி, ஒரு செல்போன், அவசரநேர உணவு Pack, ஒரு போத்தல் தண்ணீர், ஆடைகள், பாதணிகள், தீப்பெட்டிகள், ஆகியன வைத்திருக்க வேண்டும். நீங்கள் காரில் போகும் போது கருவிப் பெட்டியையும் உங்களுடனே எடுத்துச் செல்லவேண்டும்.

அதீசன் சர்வானந்தன்

குளிர்காலத்திற்கு பொருத்தமான முறையில் உங்கள் வாகனத்தை நீங்கள் ஓட்டுங்கள் (Adjust your driving).

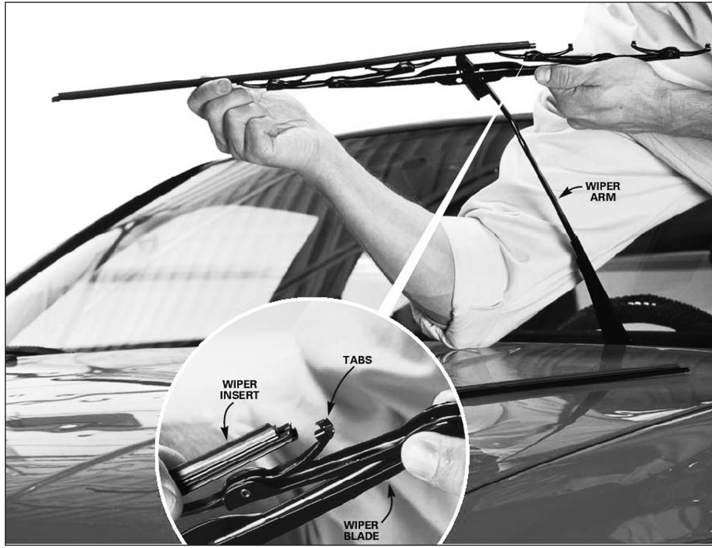
குளிர்காலத்தில் வீதிகள் எல்லாம் மிக மோசமான நிலையில் இருக்கும். அவற்றை முன் கூட்டியே நீங்கள் ஊகித்து அறியமுடியாது. அவற்றை சரிப்படுத்தக் கூடிய வகையில் நீங்கள் உங்கள் வாகனத்தை ஓட்டவேண்டும்.

உங்களிடம் ஒரு 4WD வாகனம் இருந்தால் வழுக்கலான சாலைகளிலும் அது வேகமாக ஓடும். ஆனால் அதை brake போட்டு நிறுத்தும் வகையில் அதுவும் மற்ற வாகனங்களை போன்றதுதான்.

உங்களுங்கள் வாகனங்கள் சம்பந்தமான முக்கிய குறிப்புகளடங்கிய சிறு புத்தகத்தை படித்து ABS, Traction Control and Stability Control பற்றிய மேலும் கூடுதல் விபரங்களை தெரிந்து கொள்ளுங்கள்.

atheesan.sarvananthan@thaiveedu.com











மருத்துவ கேள்வி பதில்



டாக்டர், எனக்கு சாப்பிட்டவுடன் மலம் கழிக்கத் தோன்றுகின்றது, உடலெல்லாம் அலுப்பும், வலியும் எப்பொழுதும் இருக்கின்றது, இதற்கென்ன தீர்வு?

அஜய்.

நீங்கள் சொல்லும் அறிகுறிகள் 'FIBROMYALGIA' என்ற குறைபாட்டை நினைவுபடுத்துகின்றது. குங்கிலியம் என்ற மருந்தை பதினைந்து தினங்கள் எடுத்து – நல்லதொரு மசாஜ் சிகிச்சையும் எடுத்தால் உங்கள் பிரச்னை தீர்ந்துவிடும்.

எனக்கு பத்து வருடங்களாக மலச் சிக்கல் பிரச்னை இருந்து வருகின்றது, இதுவரை பல மருத்துவர்கள் பல வகை மருந்துகள் என்று முயற்சித்து விட்டேன், ஒன்றும் வேலை செய்ய வில்லை என்ன செய்யலாம்?

- செல்வரத்னம்.

ISOTONIX – CALCIUM என்று கிடைக்கின்றது இரண்டு மூடி அளவு தினம் இரண்டு வேளை எடுத்துவந்தால் உங்கள் பிரச்னை தீர்ந்துவிடும்.

எனக்கு வயது 56, உடலெல்லாம் பற்றி எரிவது போன்ற உணர்வு, ஒரு நாளைக்கு 5 முறை வருகின்றது, எனக்கு என்ன செய்வதென்றே தெரியவில்லை.

- பூமணி.

நீங்கள் சொல்லும் அறிகுறிகள், மெனோபாஸ் என்ற மாதவிலக்கு நின்றபின் ஏற்படும் ஹார்மோன் குறைபாட்டினால் நடைபெறும் ஒன்று. இதற்கான எளிய தீர்வு 'சித்த மருத்துவத்தில்' உள்ளது. 'தாளிசாதி' என்ற மூலிகை மருந்தை தொடர்ந்து எடுத்து வர 7 நாட்களுக்குள் சுகமாகும்.

எனக்கு வயது ஆனதோற்றம் பிடிக்கவில்லை, எப்பொழுதும் வாலிப அழகோடு வாழ இயலுமா?

வாசு.

வயது ஆகின்ற விஷயத்தைத் தவிர்க்க இயலாது – ஆனால் தள்ளிப் போடலாம். குறைவான உணவு, சரியான நித்திரை, மது – புகையிலை தவிர்த்தல், தினந்தோறும் இரண்டு நெல்லிக்காய், எளிய உடற்பயிற்சி, எண்ணெய்க் குளியல், அளவான உடலுறவு, எல்லாவற்றிலும் நேர்மை என்று வாழ்ந்தால் மனம் மகிழ்ச்சியாக இருக்கும். மனம் மகிழ்ச்சியாக இருந்தால் உற்சாகம் பொங்கி வழியும். உற்சாகம் பொங்கினால் நீங்கள் என்றும் பதினாறு தானே!.

எங்களுக்குத் திருமணமாகி பத்து வருடங்கள் ஆகின்றது. எனது மனைவிக்கு தாம்பத்யத்தில் ஆர்வம் இல்லை எனக்கு மிகவும் கவலையாக இருக்கின்றது.

இராம்

'Female Rejuvenator' என்ற மருந்து அல்லது 'Femaerc' என்ற மருந்து – அத்துடன் 'Spirulina' என்ற இணை உணவு உங்கள் மனைவியின் பிரச்னையைத் தீர்க்க உதவும். இடமாற்றம் மனதில் உற்சாகத்தை ஏற்படுத்தும். எங்காவது புதிய இடங்களுக்கு அழைத்துச் சென்று இன்னுமொரு தேனிலவு கொண்டாடுங்கள். எல்லாவற்றையும் விட உங்கள் காரியத்திலேயே கவனம் செலுத்தாமல் அவர்களது தேவைகளையும் கருத்தில் கொள்க. ஒவ்வொரு முறையும் தயார்படுத்துங்கள்.

உலகத்தையே பயமுறுத்தும் 'பன்றிக் காய்ச்சல்' என்னையும் திகிலடையச் செய்துள்ளது, இந்நோய் தொற்றும் ஆபத்துக்கள் உள்ளனவா?

ஜெயமோகன்.

சலரோகம், போன்ற நோய்களுக்கான மருந்தை தினந்தோறும் எடுத்து வருபவர்களுக்கு இப்படிப்பட்ட தொற்று நோய் ஏற்படும் வாய்ப்பு மிகக் குறைவு என்பது தான் ஆறுதலான விஷயம். குழந்தைகள் சுத்தம், சுகாதாரம் ஆகியவற்றில் கவனமாக இருக்கக் கற்றுக் கொடுங்கள். வெளியில் சாப்பிடுவதைத் தவிர்த்தல் நல்லது. கை, கால்கள் அவ்வப்போது சுத்தம் செய்வது அவசியம், மாலை, இரவு வேளைகளில் குளித்தல் மிக நல்லது. 'CHAYAWAN PRASH' போன்ற ஏதாவது ஒரு 'ANTI OXIDANT' ஒவ்வொரு நாளும் தவறாமல் எடுத்து தேவையான ஓய்வு உடலுக்குக் கிடைக்கும்படி செய்தால் எந்த நோயும் தொற்றும் என்ற பயம் தேவையில்லை. "தீதும் நன்றும் பிறர் தர வாரா" என்ற கணியன் பூங்குன்றனாரின் வரிகளை விளங்கிக் கொள்ளுங்கள்.

எனது வலதுகை, எழுதும் போது நடுங்குகின்றது, தொலைபேசி மணி ஒலித்தால் பயம் ஏற்படுகின்றது.

இராதிகா.

உடனடியாக இதய நோய் மருத்துவரைப் பார்த்து முழுமையான பரிசோதனை செய்யுங்கள். "VEDIK FORMULAS" தயாரிக்கும் 'Heart Tonic' வாங்கி பயன் படுத்துங்கள்.

எனக்கு வயது 48, மிகவும் களைப்பாக உணர்கின்றேன், உடனடியாக, உற்சாகம் பெற என்ன செய்யலாம்?

அஹமது.

உங்கள் குடும்ப வைத்தியரின் ஆலோசனை பெற்று 'B12' என்ற உயிர்ச் சத்து மாத்திரைகளை எடுங்கள்.

எனக்கு கை, கால், தோள், இடுப்பு ஆகிய இடங்களில் நோவு அதிகமாக இருக்கின்றது. எனது வயது 60. நம் நாட்டு மூலிகைகளில் எனக்கு உதவக்கூடிய நல்ல மூலிகையைப் பரிந்துரை செய்வீர்களா?

மரிய நாயகம்.

1. முடக்கற்றான். 2. வாதநாராயணன் 3. குங்கிலியம் 4. ஷெல்லக்கி 5. அஸ்வகந்தா.

வெளிப்பூச்சுக்கு உதவும் வலிநிவாரண எண்ணெய் தயாரிக்க உதவும் சூத்திரம் என்ன?

தாட்சாயாயினி.

ஆமணக்கு எண்ணெயில் எருக்கன் இலைகளைப் போட்டுக் காய்ச்சி வைத்துக் கொள்ளுங்கள். அருமையான வலி நிவாரணி தயார்.

டாக்டர், நான் ஒரு மாதகாலம் ஹாவாய்த் தீவிற்கு தொழில் பயிற்சி ஒன்றிற்காக குடும்பத்தைப் பிரிந்து செல்கின்றேன். எனது பாலுறவுத் தேவைக்காக பாதுகாப்பு முறைகளை அறிய விரும்புகின்றேன்.

ஞான சகாயம்.

முதலாவது உங்களுக்குத் தேவை மனக் கட்டுப்பாடு. 'எந்தப்புற்றில் எந்தப்பாம்பு இருக்கும்' என்று யாருக்குத் தெரியும்? நீங்கள் வெளியில் பாலுறவு வைக்க நினைப்பதே பாதுகாப்பற்ற விஷயம்தான். H1 N1 (பன்றிக் காய்ச்சல்), HIV, சிபிலிஸ், கொனேரியா என்று பலவித நோய்களை அன்றாடம் அறிந்து கொள்ளும் நீங்கள் 'விளக்கில் மாட்டும் விட்டில் பூச்சியாக' பலியாகி விடாதீர்கள்.

அத்துடன் கீழ்க்கண்ட கடிதத்தைப் படியுங்கள், நியாயம் விளங்கும். "அன்புள்ள டாக்டர்" எனது கணவர் ஒரு மாதப் பயிற்சிக்காக ஹாவாய் செல்கின்றார் எனக்குப் பாதுகாப்பான பாலுறவு பற்றி ஆலோசனை சொல்வீர்களா? இப்படிக்கு, திருமதி. ஞானசகாயம். நண்பரே, இது போன்ற ஒரு கேள்வி உண்மையாகவே வந்தால்... உங்களுக்கு எப்படி இருக்கும்? சற்று சிந்தியுங்கள்.

டாக்டர், முதுமை அடைந்து கொண்டிருக்கும் முகத்தை 'ரிவர்ஸ் கியர்' போட்டு இளமைக்குத் திரும்ப வைக்க முடியுமா?

-திருமதி யோகேஸ்வரி.

- இப்போதைய நவீன மருத்துவத்தில் Cosmetic Surgery மிகப்பிரபலமான ஒன்று.
- Submental Lipectomy – முகவாய்க்கும் தொண்டைக்குழிக்கும் இடைப்பட்ட பிரதேசத்தில் உள்ள தொங்கு சதையை சீர் செய்தல்.
- Face lift – முகச் சுருக்கங்களை சீரமைத்தல்.
- Skin Tightening என்று முறையாக செய்து கொண்டால், ரிவர்ஸ் கியரில் நீங்கள் 12 வருடங்கள் பின்னோக்கி சென்று விடுவீர்கள்.

டாக்டர், Rhinoplasty என்பது என்ன?

- தயாளன்.

மூக்கின் வடிவமைப்பை மாற்றும் சத்திர சிகிச்சை (அறுவை) தமிழ் நடிகை ஸ்ரீதேவியும், பொப் இசை மன்னன் மைக்கேல் ஜாக்சனும் இதனைச் செய்து கொண்டது ஊரறிந்த விஷயம்.

டாக்டர், உதடுகளின் சிறப்பு என்ன?

- நவராஜி.

'Erotic Areas' என்ற பட்டியலில், உதடு, பிடரி, முலைக்காம்பு, மர்மப் பகுதி ஆகிய இடங்கள் பங்கு வகிக்கின்றன. ஒருவரின் கிட்னி கெட்டு விட்டால் மாற்றுச் சிறுநீரகம் பொருத்தலாம். ஆனால், உதடுகள் கெட்டுவிட்டால் மாற்று உதடுகள் பொருத்த இயலாது. எனவே 'உதடுகள் ஜாக்கிரதை'

டாக்டர், 'Horlicks' போன்ற பானங்களை விட, நாமே சத்துமாவு தயாரிக்கலாம் என்று எனது கணவர் கூறுகின்றார், எப்படித் தயாரிப்பது?

கௌரி.

முளைகட்டிய கேழ்வரகு 150கி, கம்பு 250கி, பச்சைப் பயறு 200கி, கொண்டைக் கடலை 200கி, கோதுமை 150கி, முந்திரிப்பருப்பு 20கி, சாராப் பருப்பு 20கி, பாதாம் பருப்பு 20கி, பிஸ்தா 20கி, என்று எடுத்துவைத்து, எல்லாவற்றையும் உலர்த்தி பொடி செய்து, சலித்துப் பத்திரப் படுத்துங்கள். வெந்நீருடன் கலந்து ஒருவேளை உணவாகக் கொள்ளலாம். நெய்யுடன் கலந்து உருண்டைகளாக செய்து கொடுக்கலாம். தோசை மாவுடன் சேர்த்து சுடலாம், உடல் பலவீனத்தைப் போக்கும் உன்னத உணவு.

'தைராய்டு' குறைபாடு உள்ளவர்களுக்காக நீங்கள் பரிந்துரைக்கும் மூலிகைகள் என்ன?

சோமசுந்தரன்.

- ஓரிதழ் தாமரையை சிறுபருப்பு சேர்த்து கடைந்து சாப்பிடலாம்.
- மருதம்பட்டை கசாயம் நல்லது.
- வல்லாரை, பூண்டு, மிளகு. மஞ்சள் சேர்த்து துவையலாக சாப்பிடுங்கள்.
- இஞ்சித் துவையல் இனிது.
- 'தாழம்பூ கஷாயம்' மிக நல்லது.

இரட்டைக் குழந்தைகள் பெறுவதில் ஆணின் பங்களிப்புதானே முக்கியம்?

சீனிவாசன்.

அப்படியெல்லாம் ஒன்றும் இல்லை. முற்றிலும் இது பெண்களின் பங்களிப்பு என்றுதான் சொல்ல வேண்டும்.

'தச நாடிகள்' என்றால் என்ன?

- துங்கபத்ரா.

சித்தவைத்தியத்தில் 10 வகை நாடிகளை (நாடித் துடிப்பு) தச நாடிகள் என்று குறிப்பிடுவோம் அவை கீழ்வருமாறு கூறலாம். 1. இடகலை (சூரிய நாடி), 2. பிங்கலை (சந்திர நாடி), 3. சுழுமுனை (ஆதார நாடி), 4. சிங்குவை (உள் நாக்கு), 5. புருடன் (வலது கண்), 6. காந்தாரி (இடது கண்), 7. அத்தி (வலது காது), 8. அலம்புடை (இடது காது), 9. சங்கினி (குறி), 10. குரு நாடி (வயிற்றின் முறையான செயல்பாடு),

டாக்டர், உண்மையாகவே விதியை மதியால் வெல்லலாமா?

பிரேமாதாசன்.

நமது உடம்பில் அக்னி மண்டலம், சூரிய மண்டலம், சந்திர மண்டலம் என்று மூன்று வகை இருக்கின்றன. தலை உச்சிதான் சந்திரமண்டலம் அல்லது 'மதி' இங்குதான் தித்திப்பான அமுதம் உள்ளது. இதனை யோகப் பயிற்சியின் மூலம் சுரக்கச் செய்தால் அதுதான் காயகல்பம். விதியை மதியால் வெல்லும் ரகசியம் இதுதான்.

கல்லீரலை (Liver) புதுப்பிக்க ஏற்ற உணவு மற்றும் மருந்து வகைகள் எவை?

திலகா.

கீழாநெல்லி, சோற்றுக் கற்றாழை, குடிச்சி (ஆயுர்வேதம்), நெல்லிக்காய், சதாவரி, ஒலிவ், எள், மற்றும் avocado போன்றவை கல்லீரலை புதுப்பிக் கூடியவை.

வாசனைகளால் நோயைக் குணப்படுத்த முடியுமா?

- பரிமளா தவராஜன்.

நிச்சயம் முடியும். சாதாரணமாக காய்ச்சலாக இருந்தால் ரசம், கொத்துமல்லித் துவையல் கொடுப்பது இதற்குத்தான். வாயு சம்பந்தமான நோய்களுக்கு நல்லெண்ணெயும், பித்த சம்பந்த நோய்களுக்கு தேங்காய் எண்ணெயும், கப சம்பந்தமான நோய்களுக்கு கடுகு எண்ணையும் பயன்படுத்துவது நல்லது. தைலங்கள் கூட இந்த அடிப்படையில்தான் தயாரிக்கின்றார்கள். வாத, பித்தம் குறைவாக இருந்து கபம் மிகுதியாக இருப்பவர்கள் மிகவும் சாதுவாக இருப்பார்கள். இவர்களுக்கு ஏற்றது சந்தன எண்ணெய். பித்தமும், கபமும் குறைந்து வாதம் அதிகமாகக் காணப்பட்டால் Rosemary மிகவும் ஏற்றது. பித்தம் குறைவாகவும் வாதம், கபம் மிகுந்தும் காணப்பட்டால் 'ரோஜா' மிகவும் நல்லது; முழுமையாக அறிந்து கொள்ள 'Aroma therapy' என்ற புத்தகத்தைப் படியுங்கள்.

நோயை இனங்கண்டு கொள்ள சிறந்த கருவிகள் எவை?

- மஞ்சுளா ஆறுமுகம்.

நாடி, உடல் வெப்பம், நிறம், குரல், கண்கள், நாக்கு, சிறுநீர், மலம் போன்ற எட்டு விதமான விஷயங்கள் கணக்கில் கொள்ளப் படுகின்றன. சித்த மருத்துவத்தில் நாடி சோதனைதான் பிரதானமானது. சிறந்த கருவி என்பது அனுபவம் ஒன்றுதான்.

நலம் பெறுக! வளம் பெறுக!

rajasekar.a@thaiveedu.com

■ ■ ■

தாய்வீடு பத்திரிகை பற்றிய விமர்சனங்களை எதிர்பார்க்கின்றோம். விமர்சனங்கள் எம்மை ஓர் ஆரோக்கியமான பாதையில் இட்டுச்செல்லும்.

E-mail:thaiveedu@gmail.com
Fax: 416-849-0594
Tel: 416-646-3422

பாதுகாப்பு இன்மையால் வருகின்ற பயம்

வர்த்தகர்களுக்கு இருக்கக்கூடிய பெரிய பயம் என்னவென்று கேட்டால் எதைச் சொல்லலாம்? கடந்த வாரம் ஒரு ஆய்வாளர் வர்த்தகர்களை



வாட்டும் மூன்று பயங்களைக் குறிப்பிட்டுள்ளார். நாளாந்தம் இருக்கக்கூடிய விற்பனை, வரிகள், போட்டிகள் என்பவற்றை விட சந்தைப்படுத்துதல், ஒய்வுகாலம், புதிய தொழில்நுட்பங்களை அறிதல் என்பனவே முக்கிய கவலைகளாக இருப்பதாகக் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது. இவை குறித்து ஒரு பாதுகாப்பின்மை பெரும்பாலானவர்களின் மனதில் இருப்பதாக அந்தக் கருத்துக் கணிப்புத் தெரிவிக்கின்றது.

வெளியிடப்படும் விளம்பரங்கள் பற்றி அவற்றில் இருக்கும் கருத்துக்கள் வண்ணங்கள் பற்றி இந்த வர்த்தகர்கள் மிகவும் கவலையாக இருப்பதைக் காணக்கூடியதாக இருக்கிறது. இந்த விளம்பரங்கள் மக்களுக்கு எடுத்துச் செல்லும் செய்திகள் மூலம் மக்கள் பொருட்களை தங்கள் நிறுவனங்களில் வாங்குவார்களா என்ற கேள்வி அவர்களது மனதில் எப்போதும் இருக்கும்.

ஆனால், இந்தக் காரணங்களால் இவர்கள் அச்சம் கொள்ளத்தான் வேண்டுமா எனச் சிந்தித்துப் பார்ப்போம்.

சந்தைப்படுத்துதல் உங்களது சந்தைப்படுத்தும் நிறுவனங்களில் உங்களுக்கு ஐயம் இருந்தால் நீங்கள் சந்தைப்படுத்துவது சரியில்லை என்பதே அர்த்தமாகும். தற்போதைய இணையத்தளக் கருவிகளான இலத்திரனியல் கடிதம், தேடும் இயந்திரம் என்பன மூலம் நீங்கள் சிறந்த முறையில் ஆய்வுகளைச் செய்து தரவுகளை ஆராய முடியும். ஆகவே இப்படிப்பட்ட தரவுகளை ஆராயாமல் இனிமேல் ஒரு சதம்கூடச் செலவழிக்கத் தேவையில்லை.

உங்களது விளம்பரங்களில் தொடர்புகளை அளப்பது சந்தைப்படுத்துதலில் மிகவும் நுணுக்கமான விடயமாகும்.

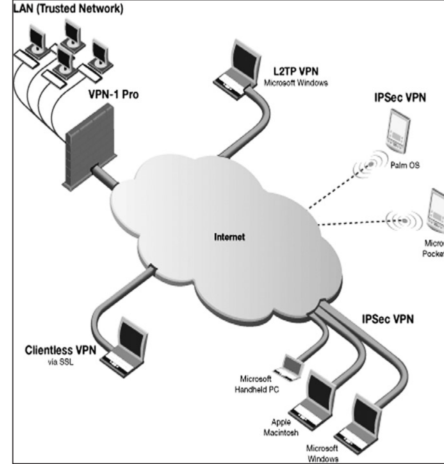


தற்போது நீங்கள் உங்களின் இணையத் தளங்களில் ஒவ்வொரு சொல்லில் விற்பனைத் திறனை கூட அளக்க முடியும். உங்களது E mail மற்றவர்கள் திறக்கிறார்களா என்பதைக் கூட நீங்கள் பார்க்கலாம். மற்றவர்களும் பதில்கள் என்பவனவற்றை பல்வேறு interactive channelகள் ஊடாக ஆராயலாம். ஆனாலும் நீங்கள் வருடம் ஒருமுறை நடு மஞ்சள் பக்கத்தில் மட்டும் ஒரு விளம்பரம் போடுபவராக இருந்தால் உங்களால் சந்தைப்படுத்துதலை நீங்கள் பாரிய விடயமாக கருதவில்லை என்பதே உண்மையாகும்.

இவற்றை செய்வதற்கு விளம்பரத் துறை பற்றி அறிந்த நிபுணர்களின் உதவி தேவை. உங்களுக்கு தெரிந்த நம்பிக்கையான ஒரு ஆலோசகர் அல்லது உங்களது நண்பர் ஒருவரின் துணையோடுதான் இதைச் செய்ய முடியும். நீங்கள் எடுத்துச் சொல்ல விரும்பும் செய்தியை மிகவும் தெளிவாகவும் கவர்ச்சியாகவும் செய்துதரத்தக்கதாக அந்த நண்பர் இருக்க வேண்டும்.

ஓய்வு காலத்தைப் பற்றிய கவலை – பல தொழிலதிபர்கள் தங்களது ஓய்வுகாலம் எப்படி இருக்கும் என்று கவலைப்பட்ட வண்ணமே இருக்கிறார்கள். இதற்கு காரணம் தங்களது வியாபாரத்தை நல்ல விலைக்கு விற்க முடியுமா என்ற கவலையே ஆகும். இதனால் உங்களது சிந்தனையில் மாற்றத்தைக் கொண்டுவர வேண்டுமானால் இதற்கு உங்களுக்கு நீங்கள் சம்பளம் தரவேண்டும். அல்லது ஒரு ஓய்வூதியக் கணக்கை ஆரம்பித்து மாதாந்தம் ஒரு குறிப்பிட்ட தொகையை வைப்பிலிட்டு வரலாம்.

அத்துடன் உங்கள் வியாபாரத்தை நீங்கள் எதிர்காலத்தில் விற்க இருக்கும் ஒரு பொருள் என நினைத்து நடாத்த வேண்டும். நன்கு



நிர்வகிக்கப்பட்ட நிறுவனங்கள் நல்ல கேள்வியுடன் விற்க முடியும்.

நல்ல தெளிவான நடைமுறைகள், வேலை செய்யும் வர்த்தக வேலைத்திட்டம், வேலையாட்கக்கான வழிமுறைக் கைநூல்கள், இறுக்கமான நிதி நிலைமைக் கணக்குகளை, வாடிக்கையாளர்கள் பற்றிய தகவல்கள் என்பன முக்கியமானவை.



ராகுலன்
- Accountant -

புதிய தொழில்நுட்பங்கள்

புதிய தொழில்நுட்பங்கள் வர்த்தகத்துறை பல வழிகளில் உதவி செய்யும். இந்த தொழில் நுட்பங்களில் தொலைத்தொடர்பு உற்பத்தி, நிர்வாகச் செலவுகளைக் குறைக்கும் வாடிக்கையாளர்களுடன் உறவை உறுதிப்படுத்தும். கடுமையான களைப்படைய வைக்கும் பணி முறைகளை இலகுவாக்கும்.

எப்போது ஒரு சிறந்த தேவையான தொழில் நுட்பம் கிடைக்கக்கூடியதாக இருக்கிறது என்பதை அறியத்தர உங்களுக்கு ஒரு நிபுணத்துவம் வாய்ந்த ஆலோசகர் தேவை. ஆனால், அது உங்கள் பிள்ளைகள் ஆகக்கூட இருக்கலாம். ஏனென்றால் தற்போதைய பிள்ளைகளுக்கு Face Book உம் Twitter உம் தலைகீழ் பாடம்.

ஆனாலும் யாராவது உங்களுக்கு ஒரு புதிய தொழில்நுட்பத்தை அறிமுகப்படுத்த விழைந்தால் அவர்களிடம் எழுத்து மூலமான விளக்கத்தை வாங்கிக் கொள்ள வேண்டும். சொல்லப்பட்ட ஆதாரங்களைப் பரிசோதித்து தரவுகள் மூலம் உறுதிப்படுத்தப்பட்டு இருக்க வேண்டும்.

ragulan@thaiveedu.com



Thinking of Buying or Selling Real Estate

அனுபவம்! அறிவு! திறமை! பொறுமை!

21 வருடங்களாக இத்துறையில் முன்னணியில்.........



Real Estate Service

Web: *redcarpetcanada.com*

Multi Award Winner

Karu Kandiah FRI, CRES,

Real Estate Broker / President

Dir: 416.284.5698 Bus: 416.284.5555 (24 Hrs.)



Morningside / Neilson

4+2 Bedrooms, 4 Washrooms
Very Bright 4 Bed Room Mattamy
Home The Trinity Fair-1913 Sq.Ft



Stouffville

4 Bedrooms, 3 Washrooms
Popular Mattamy Built Home On
Premium Lot With Panoramic View



Dixie / Sandalwood

4 Bedrooms, 3 Washrooms
Renovated Four Bedroom End Unit
House Connected On One Side Only



Lawrence/Ellesmere

3+2 Bedrooms, 2 Washrooms
Minutes To 401, Fantastic Bungalow
In Demand Scarborough Center Area



Ellesmere / Scarb. Golf

3+1 Bedrooms, 2 Washrooms
Wow! Absolutely Stunning! 3Bdrm
Home With Fireplace, Fin.Bsmt



Bellamy/Lawrence

3+3 Bedrooms, 2 Washrooms
Bright And Spacious!!
Buyer Will Not Be Disappointed



Whitby

3+2 Bedrooms, 3 Washrooms
Rare Find, Desirable Queens Common
Stunning 2200 Sq Ft



Conlins/Ellesmere

4 Bedrooms, 3 Washrooms
Beautiful 1 1/2 Yrs New Home
Approx. 2500 Sq.Ft



Mccowan/16th

For Sale rooms, 4 Washrooms
Stunning Executive 1 Yr New Home!
3881 Sq Ft [Yorkwood Homes].



Mccowan/Denison

4 Bedrooms, 4 Washrooms
Immaculate Condition,Oak Staircase,
Strip Hardwood Floor, In Living Room



Mccowan/Hwy 401

4 Bedrooms, 3 Washrooms
Situated In Luxury Hillsborough Court
Tower. Unobstructed South West



Brampton

4 Bedrooms, 3 Washrooms
A Beautiful Home With Main Level
Hardwood Floor



Kennedy/401

2 Bedrooms, 1 Washroom
Well Maintained Unit. Newer Lami-
nate Floor In Living/Dining



Islington / Queensway

2 Bedrooms, 2 Washrooms
Beautiful & Luxurious 2-Storey End-
Unit Town-Villa In Trendy Loggia.



Warden/Finch

3+1 Bedrooms, 2 Washrooms
End Unit Townhouse In Prestige
Area. Spacious Living/Dining Room



Victoria Park/Finch

3+1 Bedrooms, 2 Washrooms
Minutes To Don Mills Subway,
Schools & Seneca College,Hwy 404



Morningside/Kingston

3+2 Bedrooms, 2 Washrooms
Lovely Detached Home With De-
tached Garage. No Sidewalk



Birchmount/Ellesmere

3 Bedrooms, 3 Washrooms
'Tridel' Luxury Townhouse,Unit Ap-
prox.1800 S.F.Step To Ttc



401/Mccowan

2 Bedrooms, 2 Washrooms
Cozy Living***Very Clean And Bright
Unit; Very Convenient Location...



Mccowan/Finch

2 Bedrooms, 2 Washrooms
Cozy Living***Very Convenient Loca-
tion. Ttc; Direct Bus To Subway

Looking for a New Real Estate Career

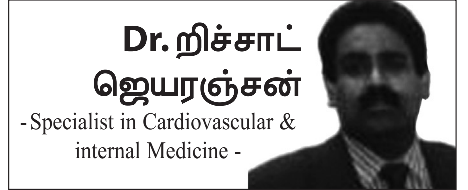
Join a winning team for your success

- Free Real Estate Classes
- Regular Sales Training from Experts
- Referral leads
- Help & guidance for newly licensed agents

Tel: 416-284-5698

நலமுடன் வாழ இருதயத்தைப் பேணுவோம்

இருதய நோய் காரணிகளும் தடுப்பும்



Dr. றிச்சாட் ஜெயரஞ்சன்
- Specialist in Cardiovascular & internal Medicine -

பகுதி 2

> **நான்கு சிகரெட் ஒருநாள் புகைத்தலால் மாரடைப்பு வரக்கூடிய ஆபத்து 50 வீதம் அதிகரிக்கின்றது. ஒரு நாளுக்கு ஒரு பெட்டி சிகரெட் புகைத்தல், இந்த ஆபத்தை 3 மடங்காக உயர்த்துகிறது. அதற்கு அதிகமான சிகரெட் பெட்டிகளை ஒரு நாளில் புகைக்கும் போது, ஒவ்வொரு நிமிட புகைத்தலுக்கும் உங்களது ஆயுள் ஒவ்வொரு நிமிடத்தால் குறைக்கின்றது.**

உங்களைச் சூழும் ஆபத்துக் களைக் கணிப்பிடுதல்

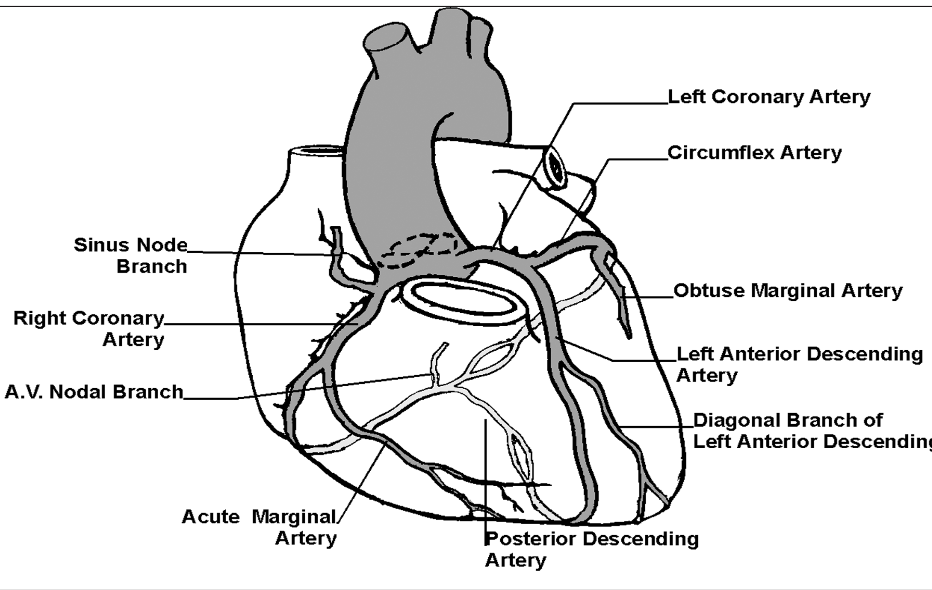
ஒரு சாதாரண குருதிப் பரிசோதனை மூலம் உங்கள் மொத்தக் கொலஸ்ரோல் அளவு அறியப்படுகின்றது. அதன் பின்பு வைத்தியரின் உதவியுடன், உங்களை எதிர்நோக்கும் ஆபத்தைக் கணிப்பிடலாம். உங்களைச் சூழும் ஆபத்துக்களின் அளவு அதிகமாக இருப்பின் நீங்கள் 'லிப்பிட் பகுப்பாய்வு' (Lipid Analysis) செய்ய வேண்டியிருக்கும். 12 மணித்தியாலம் உணவு உண்ணாது இருந்து அதன் பின்னர் செய்யும் குருதிப் பரிசோதனை மூலம் உங்களது ஆபத்துக்களை சரியான முறையில் மதிப்பீடு செய்துகொள்ளும் பகுப்பாய்வு இது.

உங்களை சூழும் ஆபத்துக்களை நீங்களே குறைத்துக் கொள்ளலாம்.

முடியுருநாடிக்குழாய் நோயை ஏற்படுத்தக் கூடிய ஆபத்துக்களில், கட்டுப்படுத்தக்கூடிய ஒன்று, கொலஸ்ரோல் அளவு அதிகரித்தல் ஆகும். உங்களது கொலஸ்ரோல் அளவில் 25 வீதத்தைக் குறைப்பீர்கள் என்றால் உங் களை மாரடைப்பு வரக்கூடிய ஆபத்திலிருந்து நீங்கள் 50 வீதம் பாதுகாத்துக் கொள்ளலாம். பொதுவாக இதற்கு நீங்கள் செய்ய வேண்டியது என்னவெனின், உங்களது உணவில் மாற்றங்களை ஏற்படுத்துவதுதான். இதற்கு மேலும் உதவியாக உடற்பயிற்சி, உடல் நிறையைக் குறைத்தல் என்பனவற்றையும் செய்து கொள்ளலாம். கொலஸ்ரோல் அளவு மிகக் கூடியதாக உள்ளவர்கள் மருத்துவச் சிகிச்சை மூலம் அவர்களது கொலஸ்ரோல் அளவைக் குறைத்துக் கொள்ளலாம்.

உணவு மாற்றங்கள்:

உங்களது கொலஸ்ரோலின் அளவை நிரம்பிய கொழுப்பு உணவுவகைகள் (பொதுவாக விலங்குளிலிருந்து பெறப்படுவன) அதிகரிக்கச் செய்கின்றன. இவற்றுடன் செந்நிற இறைச்சி, பாம் எண்ணெய் (Palm oil) தேங் காய் எண்ணெய், தேங்காய்ப்பால், ஆடை நீக்காத பால் என்பனவும் இவ்வரிசையில் அடங்கும். வெண்ணெய், முட்டை மஞ்சட்கரு, ஈரல் போன்ற உறுப்புக்களின் இறைச்சி முதலான உணவு வகைகளிலிருந்தும் மேலதிகமான கொலஸ்ரோல் உற்பத்தியாகின்றது. கொலஸ்ரோலின் அளவைக் குறைப்பதற்கு மீன், கோழி மற்றும் பறவை இறைச்சி, நிரம்பாத கொழுப்புத்தன்மையுடைய குரும்பப்பூ எண்ணெய் (Safflower oil) ஒலிவ் எண்ணெய் ஆகிய உணவு வகைகளை உங்கள் சாப்பாட்டில் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். அதிகளவு நார்த்தன்மை (Fiber) கொண்ட உணவு வகைகளும் கொலஸ்ரோல் அளவைக் குறைக்கச் செய்கின்றன.



உடற் பயிற்சியும் நிறைக் குறைப்பும்

உங்களது நல்ல கொலஸ்ரோல் அளவை உடற்பயிற்சி அதிகரிப்பு அடையச் செய்கின்றது. உங்களின் மேலதிக உடல் நிறையைக் குறைத்துக் கொள்ளவும், மேலதிக நிறை ஏற்படாமல் பேணவும் உடற்பயிற்சி உதவி செய்கின்றது. அத்துடன் உங்களின் மொத்தக் கொலஸ்ரோல் அளவைக் குறைத்துக் கொள்ளவும் உடற்பயிற்சி உதவி புரிகின்றது.

மருந்து எடுத்தல்

கொலஸ்ரோல் அளவானது உங்களிடம் அதிகரித்துக் காணப்படுமாயின், கொலஸ்ரோல் உறிஞ்சப்படும் தன்மையைத் தடுக்கவும், அல்லது நல்ல கொலஸ்ரோலை (HDL) உங்களது ஈரல் அதிகளவில் உற்பத்தியாக்கவும், தீய கொலஸ்ரோலைக் (LDL) குறைத்துக் கொள்ளவும் நீங்கள் மருந்து எடுக்க வேண்டிய தேவை ஏற்படலாம்.

ஆபத்துக் காரணிகள்: புகைத்தல்

'நான்கு பெரிய' ஆபத்துக் காரணிகளில் புகைத்தல் இரண்டாவது இடத்தைப் பெறுகின்றது. முடியுருநாடிக்குழாயில் ஏற்படும் நோயினால் இறப்பவர்களில் அரைவாசிக்கு மேற்பட்டோருக்கு, காரணியாகப் புகைத்தல் தொடர்புபடுத்தப்படுகின்றது. அதிர்ஷ்டவசமாக, இதனை மிகவும் எளிதில் அடையாளம் கண்டு கொள்ளக் கூடியதாக இருக்கின்றது. உங்களது செயலில் நீங்கள் அக்கறையும் குறிக்கோளும் உடையவராக இருந்தால் நீங்கள் ஏதாவது செய்ய முடியும்.

முடியுருநாடிக் குருதிக்குழாயில் நோய் ஏற்படுவதற்குப் பல்வேறுவழிகளில் புகைத்தல் வழிவகுத்துக் கொடுக்கின்றது. நிக்கொட்டின் எனப்படும் புகையிலையிலிருந்து வடிந்து வரும் எண்ணெய் வடிவ நச்சுப் பதார்த்தம், காபனீரொட்சைட்டு மற்றும் பொருட்களும் முடியுருநாடிக்குழாய்களின் உட்புற மென்போர்வையைச் சேதம் அடையச் செய்கின்றன. பின்னர், இவ்வாறு சேதமடைந்த பகுதிகள் கொலஸ்ரோலுக்கு கவர்ச்சியான இடமாக அமைந்து, அங்கு கொழுப்புப் பொருள் படிப்படியாக படிகின்றது. பெருநாடிக்குழாய்களின் தசைநார்கள் சுருங்கவும், உங்களுடைய இருதயத்திற்கான குருதி ஓட்டம் குறைவடையவும் புகைத்தல் காரணியாக அமைகிறது. இவற்றைவிட, வேறுபல வழிகளிலும் புகைப்பிடித்தலால் உங்களது இருதயத்திற்குத் தீங்கு ஏற்படுகின்றது.

நினைவில் வைத்துக்கொள்ளுங்கள்! நெருப்புடன் விளையாடாதீர்கள்!

உங்களது ஆபத்துக்களை மதிப்பிடுதல்

உங்களது முடியுருநாடிக்குழாய் நோயின் ஆபத்தானது, நீங்கள் ஒரு நாளைக்கு எவ்வளவு நேரம் எத்தனை சிகரட்டுக்களைப் புகைக்கின்றீர்களோ அந்த எண்ணிக்கையுடன் நேரடித் தொடர்பு கொண்டதாகும். இருப்பினும் நீங்கள் தினமும் சிறிது எண்ணிக்கையிலான சிகரட்டுக்களைப் புகைப்பதாக இருந்தால் கூட, இந்த ஆபத்திலிருந்து உங்களைப் பாதுகாத்துக் கொள்ள முடியாது. நான்கு சிகரெட் ஒருநாள் புகைத்தலால் மாரடைப்பு வரக்கூடிய ஆபத்து 50 வீதம் அதிகரிக்கின்றது. ஒரு நாளுக்கு ஒரு பெட்டி சிகரெட் புகைத்தல், இந்த ஆபத்தை 3 மடங்காக உயர்த்துகிறது. இரண்டு அல்லது அதற்கு அதிகமான சிகரெட் பெட்டிகளை ஒரு நாளில் புகைக்கும் போது ஒவ்வொரு நிமிட புகைத்தலுக்கும் உங்களது ஆயுள் ஒவ்வொரு நிமிடத்தால் குறையும்.

உங்களது ஆபத்தை உங்களால் தணிக்க முடியும்.

உங்களது ஆபத்தைத் தணிப்பதற்கு உண்மையில் ஒரே ஒரு வழிதான் உண்டு. புகைத்தலைப் படிப்படியாகக் குறைத்துக் கொள்ளல் அல்லது முற்றாகக் கைவிடுதல். புகைத்தலிலிருந்து விலகிக் கொள்வதற்குரிய ஆக்கபூர்வமான காரணங்களை நீங்களே முனைப்புள்ளவராக மாறி அட்டவணைப்படுத்திக்கொள்ளுங்கள். தூய்மையான காற்று எவ்வளவு நன்றாக இருக்கின்றது? மாடிப்படிகளில் ஏறுவது உங்களுக்கு எவ்வளவு எளிதாக இருக்கின்றது? நீங்கள் எவ்வளவு பணத்தைச் சேமிக்கலாம்? என்பன போன்ற ஆக்கபூர்வமான எண்ணங்களுக்கு அழுத்தங்கொடுங்கள். புகைப்போரில், அப்பழக்கத்திலிருந்து விடுபட்டோரில் 90 வீதமானோர் தாமே வெற்றிகரமாக விலகிக் கொண்டனர் என்பதை ஆய்வுகள் காட்டுகின்றன. புகைத்தலைத் திடீரெனத் தாமாகவே முற்றாக விலக்கிக் கொள்வோரின் விகிதாசாரம் (புகைத்தலிலிருந்து விலகிய ஓர் ஆண்டுக்கான விகிதாசாரம்) புகைத்தலைத் தவிர்த்தல் தொடர்பான செயன்முறை வகுப்பில் பங்குபற்றியோரை விட இரண்டு மடங்காக் காணப்படுகின்றது. இப்பழக்கத்திலிருந்து படிப்படியாக விலகிக் கொள்வோரிலும் பார்க்க திடீரென முற்றாகத் தாமாகவே விலகிக் கொள்வோர் தொடர்ந்தும் இப்பழக்கத்திலிருந்து விலகிக் கொண்டவராகவே இருக்கின்றனர்.

எல்லாவற்றிலும் மிகச் சிறந்த செய்தி என்னவெனின், புகைத்தல் பழக்கத்திலிருந்து விலக முடிந்தவர்கள் இரண்டு வருட காலத்தின் பின்னர், என்றுமே புகைக்காதவர்கள் எதிர்நோக்கும் குறைந்த அளவு முடியுருநாடிக்குழாய் நோய் ஆபத்தையே எதிர்கொள்வார்கள் என்பதே ஆகும். புகைத்தல் பழக்கத்திலிருந்து விலகிக் கொள்வதற்கு உதவக்கூடிய பல்வேறுபட்ட மருந்துவகைகள் உங்கள் வைத்தியரிடம் உள்ளன.

நோய் ஆபத்துக் காரணி: அதிகரித்த குருதி அழுத்தம்

நாடிக்குருதிக்குழாயின் மேற்பாகத்தில் தாக்கம் உண்டாக்கி, அதிலிருந்து முடியுரு நாடிக்குழாய் நோயை ஏற்படுத்தக்கூடியதாக அதிகரித்த குருதி அழுத்தம் வயது வந்தோர் ஐவரில் ஒருவருக்கு உள்ளது. உங்களுக்கு அதிகரித்த குருதி அழுத்தம் இருக்கின்றதா என்பதை அறிந்துகொள்வதற்குரிய ஒரே ஒரு வழி, வைத்தியர் மூலமாக இதனைப் பரிசோதித்துப் பார்ப்பதேயாகும். உங்களது நாடிக் குருதிக் குழாயின் சுவர்கள் குறித்தளவு அமுக்கத்தையே தாங்கவல்லன. இக்குறிப்பிட்ட அளவை மீறி நாடிச்சுவர்களைக் குருதி அழுத்தும் நிலையே இந்த நோய் ஆகும். கடல் அரிப்புக்குள்ளான கடற்கரை போன்று, உங்களது நாடிக் குருதிக் குழாய் வழிகள் காலப்போக்கில் தாக்கத்திற்கு உள்ளாகின்றன. அந்நிலையில் கொல்ரோல் மிக இலகுவில் உங்களது பெருநாடிக்குழாயின் உட்பகுதிகளுக்குத் தீங்கு உண்டாக்கி நாடிக்குழாயடைப்பு நோயை (Atherosclerosis) ஏற்படுத்துகின்றது. பொதுவாக அதிகரித்த குருதி அழுத்தத்திற்கான காரணி அறியப் படுவதில்லை.

உங்களது நோய் ஆபத்தினை மதிப்பிடுதல்

இது மிகவும் எளிதானதாகும். உங்களிடம் எந்தளவு அதிகரித்த குருதி அழுத்தம் காணப்படுகின்றதோ, அந்தளவுக்கு முடியுரு நாடிக்குழாய் நோய் விருத்தி அடைவதற்குரிய ஆபத்தும் அதிகரிக்கின்றது. இரண்டு எண்களைக் கொடுக்கும் ஒரு அளவு கருவியை உங்கள் மருந்துவர் பயன்படுத்துகின்றார்.

- நெஞ்சுப்பை சுருக்கியக்கம் சார்ந்த அழுத்தம் (மேல் எண்)
- நெஞ்சுப்பை விரிவியக்கம் சார்ந்த அழுத்தம் (கீழ் எண்)

மிகவும் ஆரோக்கியமாக உள்ள வயது வந்த ஒருவருக்கு பாதுகாப்பான இரத்த அழுத்தம் 140/90க்குக் குறைவாகவே இருக்கும்.

தொடரும்...

jeyaranjan.richard@thaiveedu.com



கீரை உணவு வகைகள்

பசளிக் கீரை

கீரை உணவு - 10



பலவகைப்பட்ட பசளிக் கீரை இனங்களை ஆங்கிலத்தில் பொதுவாக ஸ்பினாச் என்று அழைக்கின்றார்கள். இந்தப் பசளிக் கீரையால் உலகப் புகழ்பெற்றவர் கற்பனைக் கார்ட்டூன் நாயகன் 'பாப்பாய்' (Popeye the Sailor Man). ஈ. சீ. செகர் (Elzie Crisler Segar) என்னும் அமெரிக்கக் கார்ட்டூன் கலைஞர் 17.1.1929இல் 'பாப்பாய்' என்னும் கேலிச்சித்திர நாயகனை அறிமுகப்படுத்தினார். ஈ. சீ. செகர் 1938இல் காலமான பின்னர் அவருக்கு உதவியாளராக இருந்தவர்கள் உட்பட பல்வேறு கலைஞர்களினால் ''பாப்பாய்' கேலிச் சித்திரங்களிலும் சினிமாவிலும் தொலைக்காட்சித் தொடர்களிலும் தோன்றி, எல்லா நாடுகளிலும் மிகவும் வேகமாகப் பிரபலமானார். ''எனது புஜ பலத்துக்குக் காரணம் பசளிக்கீரைதான்'' என்று முஷ்டியைத் தூக்கிக் காட்டிப் புயத்தை வீங்க வைத்துக் குழந்தைகளிடம் வீறாப்புப் பேசுவார். எல்லாக் காட்சிகளிலும் ஏனைய பாத்திரங்கள் இவரை அடித்துத் துவைத்துப் பிழிந்து பிய்த்துக் காயப்போடுவார்கள். கடைசிக் காட்சியில் இவர் ஒரு 'டின்' ஸ்பினாச் என்னும் பசளிக் கீரையை வாய்க்குள் கவிட்டுக் கொட்டி விழுங்கிவிட்டு, இரும்பு மனிதனாக அசுரப் பலம் பெற்று, தன்னைத் தாக்கிய அனைவரையும் தூக்கித் தலையைச் சுற்றிச் சுழற்றி வீசுவார். அந்தக் காலகட்டத்தில் அந்த அளவுக்குப் பசளியில் அபரிமிதமான இரும்புச் சத்து இருந்ததாகக் கருதப்பட்டு, அதன் அடிப்படையில் இந்தக் கார்ட்டூன் நாயகன் படைக்கப்பட்டார். பின்னர், இதைப் பற்றிய ஒரு ''கிசுகிசு'' வெளிவந்தது. மேற்படி கார்ட்டூன் தயாரிக்கப்பட்ட ஆரம்ப காலத்தில் நம்பப்பட்ட அளவு இரும்புச் சத்து பசளியில் இல்லவேயில்லை என்பதே உண்மை. பசளியில் உண்மையில் எவ்வளவு இரும்புச் சத்து இருக்கின்றதோ அதைவிடப் பத்து மடங்கு இருப்பதாக (தவறுதலாக) அப்பொழுது நம்பினார்கள். 1930களில் பசளியில் இருக்கும் சத்துக்கள் பற்றி மீளாய்வு செய்யப்பட்டது. அப்பொழுதுதான் ஆரம்பத்தில் ஆய்வு செய்த ஜேர்மானிய விஞ்ஞானி Dr. E von Wolf இரும்புச் சத்தின் அளவைக் குறிக்கும்போது இலக்கத்தில் தசமப் புள்ளியைத் தவறுதலாக ஓரிடம் தள்ளி வைத்துவிட்டார் என்றும் அதனால் பசளியில் இருக்கும் இரும்புச் சத்தின் உண்மையான அளவிலும் பார்க்கப் பத்து மடங்காக (எழுத்தில்) மாறிவிட்டது என்றும் கண்டறிந்தார்கள். இதையெல்லாம் அறியாத கார்ட்டூன் கதாநாயகன் அப்பாவி 'பாப்பாய்' இன்னமும் நமது தொலைக்காட்சி நிகழ்ச்சிகளில் பசளியை வாய்க்குள் கவிட்டுக் கொட்டிச் சாப்பிட்டுவிட்டு வீரசாகசம் செய்து விசிலடித்துக் கொண்டிருக்கிறார். ஆனாலும் பசளியை உலகமெலாம் அனைத்து நாடுகளிலும் பரப்பிய பெருமை 'பாப்பாய்'க்கு உண்டு.

பசளி இந்த நாட்களில் பாரெங்கணும் பரவலாகக் காணப்படுகின்றது. ஆதியில் பசளி பாரசீகத்தில் (இன்றைய ஈரான்) கண்டறியப் பட்டதாகவும், அங்கிருந்து நேபாளத்திற்குச் சென்று, நேபாள மன்னரால் சீனாவுக்கு ஏழாவது நூற்றாண்டளவில் அறிமுகப்படுத்தப் பட்டதாகவும், பின்னர் இந்திய உபகண்டம் முழுவதும் பரவியதாகவும் நம்பப்படுகின்றது. அந்தச் சுற்றுலாவை முடித்துக் கொண்டு பதினோராம் நூற்றாண்டில் ஸ்பெயின் நாட்டுக்கு வந்து, இஸ்லாமிய ஆட்சியாளர்களாலும் பிறராலும் ஏனைய மேலை நாடுகளுக்குப் பரவியதாகவும் தகவல்கள் கூறுகின்றன. இந்தக் காலக் கணக்கில் நூலுக்கு நூல் சில முரண்பாடான தகவல்களும் காணப்படுகின்றன. 'ஸ்பினாச்' என்று ஆங்கிலத்தில் அழைக்கப்படும் இந்தக் கீரை ஸ்பெயின் நாட்டிலிருந்து தொடர்ந்து ஏனைய நாடுகளுக்குப் பரவியது. இன்னொரு சுவாரஸ்யமான தகவல் என்னவென்றால், ஸ்பெயின் நாட்டிலிருந்து சென்ற பசளிக் கீரையை ''ஸ்பானிஷ் இலைக்கறி'' என்று சில காலம் இங்கிலாந்தில் அழைக்கப்பட்டு வந்தது.

பதினாறாம் நூற்றாண்டில் இத்தாலியில் வாழ்ந்த கதெரின் டி மெடிசி என்ற இளவரசிக்கு மிகவும் பிடித்த உணவு ஆங்கிலத்தில் 'ஸ்பினாச்' என்று அழைக்கப்படும் இந்தப் பசளிக்கீரைதான் என்றொரு வரலாறு இருக்கின்றது. இவர் இத்தாலியில் புளோரன்ஸ் நகரிலுள்ள தனது வீட்டிலிருந்து பிரான்ஸ் நாட்டுக்கு அந்நாட்டு மன்னரைத் திருமணம் செய்யப் புறப்பட்டுச் சென்றபோது, தனக்குப் பிடித்த விதத்தில் பசளி உணவைத் தயாரிக்கத் தெரிந்த சமையற்கலை வல்லுனர்களையும் கூட அழைத்துச் சென்றதாக ஓர் இலவச இணைப்பும் இருக்கின்றது.

இந்தச் செடியைப் பசளிக் கீரை, பசளைக் கீரை, பசலிக் கீரை, பசலைக் கீரை, பசறைக் கீரை என்று பலவிதமாக அழைக்கின்றனர். இந்தக் கீரையைப் பெரும்பாலும் பருப்புடன் சேர்த்துச் சமைப்பதால் பருப்புக் கீரை என்று கிராம மக்கள் அழைக்கின்றனர். வேறு சில கீரைகளும் பருப்புடன் சேர்த்துச் சமைக்கப் படுகின்றன. எந்தெந்தக் கீரையுடன் பருப்பைச் சேர்த்துச் சமைத்தார்களோ, அதையெல்லாம் பருப்புக் கீரை என்று கூறும் வழக்கம் கிராமங்களில் வந்துவிட்டது. ஆனால் பசளிக்கும் பருப்புக்கும் உள்ள பொருத்தம் ஒரு நல்ல பொருத்தம். பசளிச் செடியில் பல இனங்கள் காணப்படுகின்றன. வட்டமான இலைகள், முக்கோண வடிவ இலைகள், முட்டை போன்ற 'ஓவல்' வடிவ இலைகள், மேற்பக்கம் வழுவழுப்புள்ள மென்மையான இலைகள், சுருக்கம் விழுந்த இலைகள், நெருக்கமான சுருக்கம் விழுந்த சொரசொரப்பான இலைகள் எனப் பலவிதமான வடிவங்களில் இலைகளைக் கொண்ட வெவ்வேறு இனங்கள் உலகமெல்லாம் பசளியில் உண்டு. தென்னாசிய நாடுகளில் பசளிக் கீரையைப் பொதுவாக மூன்று விதமாக வகைப்படுத்தியுள்ளனர்.

- ஒன்று, சிறிய வெற்றிலை வடிவத்தில் செந்நிற இலைகளுடன் கொடியாகப் படரும் கொடிப் பசளி. இதனை வீட்டுத் தோட்டங்களிலும் தொட்டிகளிலும் எளிதாக வளர்க்கலாம். வெகுகாலம் வாழக்கூடிய கொடிப்பசளியை நன்கு பராமரித்தால் முப்பது அடி வரை வளரும். கொடிப் பசளியை பாசிப்பயற்றுடனும் சேர்த்துச் சமைக்கலாம்.
- இரண்டாவது, தரையில் படர்ந்து வளரக் கூடிய பசளி. இது தரைப்பசளி, சிறுபசளி, குத்துப் பசளி என்று அழைக்கப்படும் செடியாகும். இதன் இலைகள் சற்றுப் பெரிதாகவும் பசுமை நிறமுள்ளதாகவும் இருக்கும்.
- மூன்றாவது, தரையில்படரும் ஓர் இனம். இதன் இலைகள் சிறிதாகவும் நிறம் சிவப்பாகவோ பச்சையாகவோ இருக்கும்.

எல்லா இனப் பசளிக்கும் சுவையும் குணமும் ஒன்றுதான். உலக நாடுகள் அனைத்திலும் பசளி பெருமளவில் உற்பத்தியாகின்றது. அந்தந்த நாட்டின் மண்வளம் வெப்பதட்ப நிலைக்கேற்பச் சில மாற்றங்களைக் காணலாம். உலகிலேயே அதிக அளவு பசளி சீனாவில் பயிரிடப்படுகின்றது. சீனாவில் இரத்தச் சோகைக்குப் பசளியை ஒரு மருந்தாகவே ஒரு காலத்தில் பயன்படுத்தினார்கள். உற்பத்தியில் இரண்டாவது இடத்தில் அமெரிக்காவில் கலிபோர்னியா மாநிலம் இருக்கின்றது. 1945ஆம் ஆண்டளவில், இரண்டாவது உலக யுத்தம் முடிவடைந்த காலகட்டத்திற்குப் பின்னர் ஜப்பான் விவசாயிகள் பசளி போன்ற பல சத்துள்ள கீரை வகைகளைப் பெருமளவில் உற்பத்தி செய்தார்கள். யுத்தத்தினால் ஏற்பட்ட உணவுப் பற்றாக்குறையை இது ஓரளவு ஈடுசெய்தது. ஒரு காலத்தில் பசளி சேராத நாளாந்த உணவே இல்லை என்னும் நிலை ஜப்பானில் இருந்தது. இந்தியாவிலும் ஏனைய வெப்பவலய நாடுகளிலும் பயிரிடப்படும் பசளியை ''மலபார் ஸ்பினாச்'' எனக் குறிப்பிடும் மேலைநாட்டவர், அது மேலை நாட்டு ஸ்பினாச் போலவே இருக்கின்றது என்றும் அதனைப் உபயோகப்படுத்துதலும் பயனும் ஒன்றே என்றும் கூறுகின்றார்கள்.

> பசளிக் கீரையை எந்தவிதமாகச் சமைத்தாலும் அதன் மிச்சம் மீதியை வைத்துத் திரும்பத் திரும்பச் சூடாக்கி உண்பதை தவிர்க்க வேண்டும். பழைய சமைத்த பசளி உணவை நச்சுத் தன்மையாக்கக்கூடிய கிருமிகள் உண்டாக வாய்ப்புகள் அதிகம் என்பதே காரணமாகும்.

அமெரிக்க விவசாயத் திணைக்களத்தின் அறிக்கையில் 180 கிராம் சமைத்த பசளியில் 6.43 மி.கி. இரும்புச் சத்து இருக்கிறது என்றும், இது ஏனைய மரக்கறி மாமிச வகைகளில் இருப்பதிலும் பார்க்க அதிகமானது என்றும் கூறப்படுகின்றது. ஆனால் பசளியில் உள்ள இரும்புச் சத்து முழுவதும் உடம்பில் சேர்வதில்லை. பசளி உணவை நார்ச்சத்து மற்றும் வைட்டமின் ''சீ'' உள்ள உணவுடன் சேர்த்துச் சாப்பிட்டால் அதிக அளவு இரும்புச் சத்தை உடல் பெற்றுக் கொள்கின்றது. பசளியில் அதிக அளவு கால்சியமும் காணப்படுகின்றது. ஆனால் குறைந்த அளவே உடலில் சேர்கிறது. புறோக்கலி (broccoli) என்னும் இலைக்கறியில் உள்ள கால்சியத்தில் பாதி அளவு உடலில் சேருமிடத்து, பசளியில் உள்ள கால்சியத்தில் ஐந்து விழுக்காடே உடலில் சேர்கிறது என்கிறது மேற்படி அறிக்கை.

பசளியைப் பச்சையாகவோ, நீராவியில் அவித்தோ, அரை அவியலாகவோ உட்கொண்டால் அதிக அளவிலான பல்வேறு உயிர்ச் சத்துக்களைப் பெறலாம். மேலே கூறப்பட்ட இரும்புச் சத்து மற்றும் கால்சியம் தவிர, வைட்டமின் ''ஏ'', வைட்டமின் ''சீ'', வைட்டமின் ''ஈ'', வைட்டமின் ''கே'', மக்னீசியம், புரதம் இன்னும் பல நிறைந்தது.

பசளிக் கீரையை நன்றாக அவிக்குமிடத்தில் அதிலுள்ள சத்துக்களில் கால் பங்கு அழிந்து போகின்றது. பசளிக் கீரைக்குக் குறைந்த அளவு தண்ணீர் விட்டு அவித்து, வடிக்காமல் வற்றவைத்து எடுக்க வேண்டும். பசளிக் கீரை நன்கு அவிந்தால், இலைகள் சாம்பல் நிறத்துக்கு மாறுவதோடு, இயல்பான வாசனையும் போய், சத்துக்களில் சில பகுதிகளும் அழிந்துவிடுகின்றன. ஏனைய கீரைகளிலும் பார்க்க, பசளி இலைகளில் மண்ணும் குப்பையும் அதிக அளவில் ஒட்டியிருக்க வாய்ப்புண்டு. அதனால் வெட்டுவதற்கு முன்னர் பெரிய பாத்திரத்தில் அதிக அளவு தண்ணீரில் நன்கு கழுவிய பின்னர் முற்றிய தண்டுகளையும் இலையின் நடு நரம்பையும் கழிக்க வேண்டும்.

வெப்ப நாடுகளில், வெயில் வெப்பம் காரணமாக சமைத்த உணவுகளை இரண்டு நாட்களுக்கு மேல் வைத்திருக்க முடியாது. சமைத்த உணவுகளை 'பிரிட்ஜ்'ல் வைத்து வைத்துப் பல நாட்களுக்குத் திரும்பத் திரும்பச் சூடாக்கி உண்ணும் நவநாகரிகமான கலாசாரம் இப்பொழுது வந்துவிட்டது. ஆன்மீகச் சொற்பொழிவாளர் சுகி சிவம் அவர்கள் ஒரு நிகழ்ச்சியில் இதுபற்றிக் குறிப்பிட்டார். அவர் அமெரிக்காவுக்குச் சென்று ஒரு வீட்டில் தங்கியிருந்தாராம். அவர் போன அன்று ஆக்கிய சாம்பாரை ''பிரிட்ஜில்'' வைத்து வைத்து அவர் புறப்படும்வரை சூடாக்கிச் சூடாக்கிக் கொடுத்தார்களாம். அவர் அந்த வீட்டைவிட்டுக் கிளம்பியபோது, ''இனிமேல் சாம்பார் செய்தால், அதன் முடிவு திகதி (expiry date) இன்னது என்று எழுதி அந்தப் பாத்திரத்தில் ஒட்டிவிடுங்கள்'' என்று நகைச்சுவையாகச் சொன்னாராம். குறிப்பாக, பசளிக் கீரையை எந்தவிதமாகச் சமைத்தாலும் அதன் மிச்சம் மீதியை வைத்துத் திரும்பத் திரும்பச் சூடாக்கி உண்பதை தவிர்க்க வேண்டும் என்று கண்டிப்பாகச் சொல்கிறார்கள். பழைய சமைத்த பசளி உணவை நச்சுத் தன்மையாக்கக் கூடிய கிருமிகள் உண்டாக வாய்ப்புகள் அதிகம் என்பதே காரணமாகும்.

பசளிக்கும் பன்றிக்கும் என்ன உறவு அல்லது என்ன பகைமை என்று சத்தியமாக எனக்குத் தெரியாது. ஆனால் பன்றிக் காய்ச்சல் போன்ற தொற்று நோய்களை தூரத்தில் நிறுத்தி வைக்கும் சக்தி பசளிக்கு உண்டு என்பது உண்மை.

பசளிக் கீரை உடல் சூட்டைக் குறைத்து வறட்சியை நீக்கிக் குளிர்ச்சியைத் தருவதில் முதலிடம் வகிக்கிறது. அதனால் நீர் உடலினர் அடிக்கடி சாப்பிடக் கூடாது. அத்துடன் இதய நோயாளிகளும் அடிக்கடி சாப்பிடக் கூடாது. பசளிக் கீரையில் இருக்கும் பீ-கொம்ப்ளெக்ஸ் வாய்ப் புண்ணை ஆற்ற வல்லது. அதுமட்டுமல்ல, வயிற்றுப் புண்ணுக்கும் இது நல்ல மருந்து. பசளிக் கீரை பார்வையைக் கூர்மையாக்கும். நீர்க் கடுப்பு, நீரடைப்பு போன்றவற்றை போக்கும். ஆயுளை அதிகரிக்கும். பார்வைக் கோளாறைச் சீர்ப்படுத்தும். பசளிக் கீரை தொந்தியைக் கரைக்கும் சக்தியுள்ளது. நீரிழிவு நோயாளிகளுக்குப் பசளிக் கீரையும் வெந்தயக் கீரையும் மிகச் சிறந்த உணவாகும். பசளிக்கீரை ரத்தத்தின் சிவப்பு அணுக்களையும் 'ஹீமோகுளோபினை'யும் அதிகம் உற்பத்தியாக்க உதவுகின்றது. ரத்தத்தில் உள்ள சிவப்பு அணுக்களின் உள்ளே 'ஹீமோகுளோபின்' என்ற வேதிப் பொருள் இருக்கின்றது. இந்த வேதிப் பொருள்தான் ரத்தத்துக்குச் சிவப்பு நிறத்தைக் கொடுக்கின்றது. 'ஹீமோகுளோபின்'தான் உடலில் உள்ள அனைத்துச் செல்களுக்கும் பிராண வாயுவை எடுத்துச் சென்று, அங்கிருந்து கரியமலவாயுவை வெளியேற்றுகின்றது.

46ம் பக்கம் பார்க்க...

அறியவில்லையானால் அறிந்துகொள்ளுங்கள் - கனடாவில் சில தகவல்கள்

வாகன வீதி பரீட்சை நிலைய ஊழியர்களின் வேலை நிறுத்தம்

(Drive Test employees strike)

ஒன்ராறியோ மாகாணத்தில் இயங்கும் வாகன வீதி பரீட்சை நிலைய ஊழியர்களின் வேலை நிறுத்தம்.
Drive Test employees strike

ஒன்ராறியோ மாகாணத்தின் வீதி பரீட்சை நிலையங்களை 'SERCO DES INC" என்னும் பிரித்தானியாவின் பல்தேசிய கம்பனி ஒன்று கடந்த 2003ம் ஆண்டிலிருந்து பத்து வருடங்களுக்கு என $114 மில்லியன் டொலர் பெறுமதியில் இவ் ஒப்பந்தத்தினை மாகாண அரசிடமிருந்து பொறுப்பு எடுத்து மாகாண அரசின் கண்காணிப்பில் நடாத்தி வருகின்றது.

இங்கு மாகாணம் முழுவதும் உள்ள 56 வீதி பரீட்சை நிலைங்களிலும் பணிபுரியும் சுமார் 550 ஊழியர்கள் "United Steel Workers Local" என்னும் தொழிற்சங்கங்கத்தின் கீழ் பதிவு செய்து இருந்தார்கள். தங்களின் சகல ஊழியர்களும் கடந்த ஆகஸ்ட் 21, 2009 வெள்ளிக்கிழமை மாலை நேரத்திலிருந்து வேலைநிறுத்தத்தில் இறங்கியுள்ளதாக அறிவித்துள்ளனர்.

தொடர்ந்தும் முடிவுக்கு வராத தங்கள் பேச்சுவார்த்தையில் இத்தொழிற்சங்கத்தினர் பின்வரும் கோரிக்கைகளை முன்வைத்தனர்.

- சம்பள உயர்வு (salary).
- மேலதிக நேர சம்பளம் (Overtime payment)
- உடல்நோய் வீடுமுறை (sick days off).
- தொழில்பாதுகாப்பு (Job Security).

அதாவது ஊழியர்களை கோடைகாலத்தில் வேலைக்கு அமர்த்தி பின்னர் குளிர்காலத்தில் வேலைநேர மணித்தியாலயங்களைக் குறைப்பது அல்லது வேலையிலிருந்து நிறுத்துவது போன்ற பாதுகாப்பு இன்மை, தங்கள் தொழில் மாறவேண்டும் என்ற பல கோரிக்கைகளை முன்வைத்து அவர்கள் வேலைநிறுத்தத்தில் குதித்துள்ளனர்.

இதில் ஆச்சரியம் யாதெனில் கடந்த ஆகஸ்ட் 21 - 2009 வெள்ளி மாலைநேரம் தமது தொழிற்சங்க தலைமைப்பீடத்தில் உத்தரவு வந்ததும் திடீர் என சேவைகள் பெற்றுக் கொண்டிருந்த பொதுமக்களை இடைநடுவே விட்டுவிட்டு அலுவலகங்களைவிட்டு வெளியே வந்தது, கனடாவிலுள்ள ஏனைய தொழில் சங்க வேலைநிறுத்தங்களிலிருந்து இது ஒரு மாறுபட்ட நிகழ்வாகும்.

இவ்வீதி பரீட்சை நிலைய ஊழியர்களின் வேலைநிறுத்தம் மக்களை எப்படிப் பாதிக்கின்றது:

- எழுத்துப்பரீட்சைக்கு தோற்ற விரும்புகின்றவர்கள், அதாவது வாகனம் செலுத்த கற்றுக்கொள்ளும் பரீட்சைகளுக்கு தோற்றி இவ்வனுமதி சாரதி அனுமதிப்பத்திரத்தினை பெற முடியாத நிலைமை.
- வீதிப்பரீட்சைகளுக்கு தோற்றமுடியாத நிலைமை.
- சாரதி அனுமதிப்பத்திரத்திரம் காலாவதியாகி கடைசிக்கட்டத்தில் உள்ளவர்கள், வீதி பரீட்சைகளுக்கு தோன்றியே இதனைப் புதிப்பித்துக்கொள்ளவேண்டும் என்னும் நிலையில் உள்ளவர்களுக்கு அதனை நிறைவேற்ற முடியாத நிலைமை.
- சில நாட்டு (வேறு நாடுகளின்) சாரதி அனுமதிப்பத்திரத்திரம் எந்தவித வீதிப் பரீட்சையும் இல்லாது இங்கு ஒன்ராறியோ மாகாணத்திற்கு மாற்றக்கூடிய வசதி இருந்தும் அதனை மாற்றிக் கொள்ள முடியாதநிலைமை.
- வாகனம் ஓட்டும் தவறுகள் காரணமாக சாரதி அனுமதிப்பத்திரத்திரம் சில தண்டனைக் காலம் என இழந்து இதனை புதுப்பித்து மீள பெற்றுக் கொள்ளவேண்டிய நிலையில் உள்ளவர்கள் அதனை முன் எடுக்க முடியாத நிலைமை.
- ஏதாவது மருத்துவ அறிக்கைகளை இவ் அலுவலகத்தினூடாக போக்குவரத்து அமைச்சுக்கு சமர்ப்பிக்க வேண்டியவர்கள் இதனை சமர்ப்பிக்க முடியாத நிலைமை.
- சாரதிப் பயிற்றுனர்களாக வர விரும்புகின்றவர்கள் எழுத்துப் பரீட்சை, வீதிப்பரீட்சைகளுக்கு ஒருமுறை தோன்ற வேண்டியுள்ளதால் அவர்களின் விருப்பங்களை முன் எடுக்கமுடியாத நிலைமை.

இவ்வேலைநிறுத்தத்தினால் பாதிக்கப்படும் சாரதிகளுக்கு ஒன்றாறியோ மாகாண அரசு எவ்வாறு கை கொடுக்கின்றது?

வீதி பரீட்சை நிலைய ஊழியர்களின் வேலை நிறுத்தம் என்பது வாகனம் செலுத்தும் சாரதிகளை, அவர்களின் காலாவதியாகும் சாரதி அனுமதிப்பத்திரத்தினை வீதிப் பரீட்சைக்கு தோன்றியே புதுப்பித்துக் கொள்ள வேண்டும் என்ற நிலையில் உள்ளவர்களை பாதிக்கின்றது.

உதாரணமாக G(2) சாரதி அனுமதிப்பத்திரம் உள்ளவர்களும், சுயமாக வாகனம் செலுத்து பவர்களும் இந்த நிலையில் உள்ளவர்கள்.

சுயமாக வாகனம் செலுத்து பவர்களும் வீதி பரீட்சைக்கு தோற்றி தங்கள் இதே தரத்தில் உள்ள சாரதி அனுமதிப்பத்திரத்தினை இன்னொரு ஐந்து வருடங்களுக்கு புதுப்பித்து கொள்ளல் வேண்டும்.

G2 அனுமதிப்பத்திரத்திரம் வைத்திருப்பவர்கள் வீதி பரீட்சைக்கு (G2 Escit test) தோற்றி சாரதி அனுமதிப்பத்திரத்தினை நிரந்தரமான சாரதி அனுமதிப்பத்திரம் (G License) தரம் உயர்த்தப்படல் வேண்டும்.

தகவல் தொடர் - 33

ஆனால் இங்கு முக்கியமாக அறிந்துகொள்ள வேண்டிய விடயம்; இங்கு இவ்வேலைநிறுத்த காலத்தினுள் காலாவதியாகி வீதிப்பரீட்சைக்கு தோற்றி தங்கள் சாரதி அனுமதிப்பத்திரத்தினை புதுப்பித்துக் கொள்ள முடியாதவர்கள் காலாவதியான சாரதி அனுமதிப்பத்திரத்துடன் தொடர்ந்தும் வீதிப்பரீட்சைக்குத் தோற்றும் வரை வாகனம் செலுத்தலாம்.

வேலைநிறுத்தம் தொடங்க முன்பு காலாவதியாகிய சாரதி அனுமதிப்பத்திரம் வைத்திருப்பவர்களுக்கு இவ் சட்டமூலம் பொருந்தாது.

இன்னொருவரின் உதவியுடன் வாகனம் ஓட்ட கற்றுக்கொள்ள அனுமதிக்கும் G1 சாரதி அனுமதிப்பத்திரம் வைத்திருப்பவர்களுக்கும் இவ்வேலை நிறுத்தக் காலத்தில் சாரதி அனுமதிப்பத்திரம் காலாவதியானாலும் தொடர்ந்து சாரதி அனுமதிப்பத்திரம் வலிமையுடையதாகக் கருதப்படும், வாகனத்தினையும் ஓட்ட கற்று கொள்ளலாம். வேலைநிறுத்தம் முடிய வீதி பரீட்சைக்கும் திகதி நிர்ணயம் செய்யலாம்.

ஆனால் G சாரதி அனுமதிப்பத்திரம் (Fully Graduates G Licence) வைத்திருப்பவர்கள் போக்குவரத்து அமைச்சின் அலுவலகத்தில் மட்டும் தங்கள் சாரதி அனுமதிப்பத்திரத்தினை புதுப்பிப்பதால், அவர்கள் இந்தச் சலுகைக்குள் உட்படமாட்டார்கள். ஏனெனில் இவர்களுக்கு வேலை நிறுத்தத்தினால் பாதிப்பு இல்லை. ஆனால், இங்கு பரீட்சை நிலையங்களில் வேலை நிறுத்தம் என்பது தொடர்ந்தால் இவ் லைசன்ஸ் காலாவதியாகும் நிலையில் உள்ளவர்கள் வீதிப் பரீட்சைக்கும் தோற்ற முடியாத நிலையில் என்ன செய்ய முடியும்?

இவ் வேலைநிறுத்த காலத்தில் காலாவதியான சாரதி அனுமதிப்பத்திரத்துடன் வாகனம் செலுத்தும் ஒருவரை பொலிசார் பிடித்தால் அதனை நீடிக்கப்பட்ட லைசென்சாகவே கருதப்படல் வேண்டும் என் கனடா, அமெரிக்கா முழுவதும் வாகனம் செலுத்த அனுமதிக்கும் அதிகார எல்லைக்குள் உள்ள சகல பொலிஸ் கண்காணிப்பாளருக்கும் அறிவிக்கப்பட்ட செய்தியாகும்.


சிவ பஞ்சலிங்கம்
- ஆயுட்காப்புறுதி பிரதிநிதி -

மேலே குறிப்பிடப்பட்ட தற்காலிகமான சாரதிகளும் வழங்கப்பட்ட அவசர சலுகை என்பது நிஜமானது என்பதனை எப்படி நம்புவது?

இதனை நம்புவதற்கு இரு வழிகள் தரப்பட்டுள்ளன.

வாகன சாரதிகளின் லைசென்ஸ் வழங்கப்படும் வாடிக்கையாளர் சேவை பிரிவுக்கு அழைத்து உறுதிப்படுத்துவது.

அவற்றின் தொலைபேசி இலக்கம் மற்றும் இணையத்தள முகவரிகள்:-

Driver & vehicle Licenses Call Centre
(416) – 235-2999 அல்லது
1-800-387-3445
www.Drivetest.ca அல்லது **www.mto.Ca** என்னும் இணையத்தளத்திற்கு போய் இதே தகவல்களை பெறலாம்.

sivapanchalingam@thaiveedu.com



வீட்டு உரிமையாளர்களின் "Line of Credit"

(HOLC - Home Owners Line of Credit)

கனடாவில் வீடுகள் வாங்கும், விற்கும் சந்தையானது அண்மைக்காலத்தில் வெகுவாக சூடுபிடிக்க ஆரம்பித்துள்ளது. இதனால் வீடு வாங்கத் தேவையான ஈட்டுக்கடன் சந்தையும் போட்டியிட்டு சூடுபிடிக்க ஆரம்பித்துள்ளமையை காணமுடிகிறது. இதன் காரணமாக ஈட்டுக்கடன் வழங்கும் நிறுவனங்கள் போட்டியிட்டு புதிய புதிய வகையான கடன் திட்டங்களை அறிமுகப்படுத்திக் கொண்டிருப்பதைக் காண முடியும். அதுமட்டுமன்றி புதிய புதிய ஈட்டுக் கடன் வழங்கும் நிறுவனங்களும் சந்தையில் போட்டி போட முன்வந்துள்ளமையையும் நன்கு அவதானிக்க முடிகின்றது.

கடன் வகைகளுள் அண்மையில் வேகமாக பிரபல்யமடைந்துவரும் ஒன்றாக HOLC என சுருக்கமாக அழைக்கப்படும் Home Owners Line of Credit என்னும் கடன் வகை உள்ளது.

இந்த வகையான கடனை இன்று பல கடன் நிறுவனங்களும் முண்டியடித்து வழங்க ஆரம்பித்துள்ளன. HOLC என்பது வீடுவாங்கும் போது எடுக்கப்படும் ஈட்டுக்கடனுக்கு பதிலாக அல்லது ஈட்டுக்கடனுக்கு மேலதிகமாக எடுக்கப்படும் ஒரு கடனாகும். இதனைப் பெறுவதற்கு உங்கள் வீட்டின் மீதான ஈட்டுக் கடன் 75% விழுக்காட்டை விடக்குறைவான தாக இருக்க வேண்டும். அதாவது வீட்டின் பெறுமதியின் 25% விழுக்காட்டு பெறுமதியான தொகை வீட்டின் மீதான சொத்தாக (முதலீடாக) நீங்கள் முதலிட்டு இருப்பீர்களாயின் நீங்கள் இக்கடனைப் பெறலாம்.

Home Owners Line of Credit கடனானது உங்கள் வீட்டை முற்றுமுழுதாக அடைவு வைத்துப் பெறுகின்ற கடனாகும். இதேபோன்ற வேறு சில கடன் வகைகளும் 85% வரையான ஈட்டுக்கடன் உள்ளவர்க்கும் (அதாவது 15% மட்டுமே வீட்டின் முதலீடாக உள்ளவர்க்கும்) வழங்க பல கடன் தரும் நிறுவனங்கள் தயாராக உள்ளன. எனினும் அவை வட்டி வீதம் மிக அதிகமானவையாகவே பெரும்பாலும் இருப்பதால் வீட்டை அடைவு வைத்து இவ்வகையான அதியுயர் வட்டிக்கடன்களை எடுப்பது ஆபத்தானதாகவே கருதப்படுகின்றது. எனவே அத்தகைய கடன்களை இயன்றவரை எடுக்காமல் இருப்பதே நன்று.

Home Owners Line of Creditஇன் அனுகூலம்

Home Owners Line of Creditஇன் அனுகூலம் என்ன எனப் பார்ப்போமேயானால் எவ்வேளையிலும் இக்கடனை கட்டி முடிக்கலாம். என்ற அனுசரணையும் நியாயமான வட்டி அறவிடப்படும் ஒரு கடன் என்ற அனுகூலமும் முதன்மை வகிக்கின்றன. இதர Line of credit கடன்கள் போல் எப்போ வேண்டுமானாலும் கடனைக்கட்டலாம். கடன் எடுப்பவரைப் பொறுத்தவரையில் அவரது கடன் பெறவல்ல வரையறுத்த தகைமை எல்லைக்குள் எப்போ வேண்டுமானாலும் எவ்வளவு தொகை வேண்டுமானாலும் பெறலாம். இதற்கென அபராதம் எதுவுமே இல்லை. வீட்டின் மீது முழுமையான உத்தரவாதம் பெற்ற அடைவுக்கடன் இது என்பதனால் பொதுவாக Prime rateஇல் இக் கடனைப் பெறக்கூடியதாக இருப்பது மற்றுமொரு சிறந்த அனுகூலமாகும்.

நீங்கள் வீட்டு உரிமையாளராக இருக்கும் பட்சத்தில் உங்கள் வீட்டின் மீது முதல் தொகை சேமித்து உள்ளவராக நீங்கள் இருந்து கொண்டு இதர கடன் தொல்லைகளால் அவதிப்படுபவராக இருப்பீர்களேயாயின் அக்கடன் பழுக்களின் வட்டி தொல்லைகள் இல்லாமல் இத்தகைய கடனை குறைந்த வட்டிக்கு (அநேகமாக Prime rateஇல்) எடுத்து அக்கடன்களை அடைப்பதற்கு இந்த கடனைப் பயன் படுத்துவதானது சிறந்த வழியாக இருக்கும்.

தனியார் பெறக்கூடிய கடன்களில் இத்தகைய குறைந்த வட்டிக்கு பெறக்கூடிய கடன் இது வாகவே இருக்க முடியும்.

அதற்காக வீட்டு ஈட்டுக்கடனுக்கு (Mortgages) பதிலாக இதனை எடுக்க நினைப்பது சரியல்ல. இதர Line of credit வகைகளுடன் ஒப்பிடுகையில் இந்த HOLC குறைந்த வட்டி வீதக் கடனாக திகழ்கின்றது.

இக்கடன் வகையானது முன்பிருந்த (Prime less discount Adjustable rate mortgage) மாறும் வட்டி வீதத்தின் குறைந்த வட்டி வகை ஈட்டுக்கடன்களோடு ஒப்பிடுகையில் அனுகூலமானவையாக இருக்கவில்லை. எனினும் தற்பொழுது variable rate mortgageகள் Prime less discount ஆக எடுக்க இயலாத நிலையில் இருப்பதனால் variabe rate Mortgageஇன் adjustable or variable rate வட்டியானது பெரும்பாலும் Prime plus ஆக இருப்பதனால் HOLCஇன் Prime or higher rateஐ ஒத்ததாகவேயுள்ளது எனலாம்.

அத்தோடு HOLCஐ Mortgageஆக வைத்திருக்க முயல்வதால் வரும் மற்றுமொரு பிரதிகூலம் என்னவெனில் இதனை நாம் நினைத்தவுடன் இலகுவாக Closed termக்கு மாற்ற முடியாது. அதற்கு மீண்டும் நிறைய எழுத்து வேலைகள் செய்ய வேண்டும். குறிப்பாக மேலதிக சட்டச் செலவுகளும் ஏற்படக்கூடும். ஆனால் adjustable or variable rate Mortgage கடன் அவ்வாறு அல்ல. அதற்கு Convertibility Feature உண்டு. எனவே எப்பொழுது வேண்டுமானாலும் Closed termஆக இலகுவில் மாற்ற முடியும்.

எந்தக்கடனை எடுப்பதானாலும் கண்ணை மூடிக்கொண்டு எடுக்கும் பழக்கம் எமக்கு ஒருநாளும் இருக்கக் கூடாது. காலத்திற்குக் காலம் கடன் வகைகளும் அவற்றின் வட்டிச் சலுகைகளும் மாற்றம் பெறும். அதனால் அதன் அனுகூல, பிரதிகூலங்களும் மாற்றம் பெறும்.

எந்த கடனை எடுப்பதாலும் அதனால் ஏற்படும் அனுகூலம் பிரதிகூலம் எவையெவை என ஆராய்ந்து அவற்றின் இலாப நட்ட செலவுகளை கணக்கிட்டு அதன்பின்பே கடன் எடுக்க வேண்டும். கடன் எடுப்பதைக் கூட திட்டமிட்டே செய்ய வேண்டும்.

True Cost of Borrowing என்பது ஒரு கடனைப் பெறுவது முதல் அக்கடனைக் கட்டி முடியும் காலம் வரையான காலத்திற்கு அக்கடனைப் பெற்றதால் ஏற்படும் செலவுகளைக் கணக்கிடுவதால் பெறப்படும். இங்ஙனம் பெறப்படும் மொத்த கடன் செலவை வேறுபட்ட கடன் வகைகளோடு ஒப்பிட்டு நோக்கி கடனைப் பெறுதல் அவசியம்.

> "உறவுகளிடையே கடன் பெற்றால்
> 'கடன் அன்பை முறிக்கக் கூடும்'.
> இவ்வகைக் கடன் நிம்மதியானதாக இருந்தாலும்,
> இக் கடனை நாம் சரியாக கையாண்டு
> கட்டாவிட்டால்,
> ஈடாக அடகு வைத்த வீட்டையே
> விழுங்கக் கூடும் என்பதை நாம் மறக்கலாகாது."

HOLC கடன் வகையானது சாதாரண Line of Credit வகைக் கடன்கள் வைத்திருப்பவருக்கும் தனிப்பட்ட கடன்கள் (Personal Loans) வைத்திருப்பவர்களுக்கும் அவர்கள் கட்டும் வட்டி வீதத்தோடு ஒப்பிட்டு நோக்கிடின் சிறந்ததாக இருக்குமேயொழிய வீட்டின் மீதான ஈட்டுக்கடனை (Mortgage) பிரதியீடு செய்ய உகந்தது அல்ல. கடனை சரிவர கையாளத் தெரியாதவர்களுக்கும் குறுகிய காலத்தில் வட்டிவீதத்தில் ஏற்படும் ஏற்ற இறக்கத்தின் தாக்கத்தை தாங்கமுடியாதவர்களுக்கும் இந்தக் கடன் உகந்த வழிமுறையல்ல.

எத்தகைய கடனானாலும் அவசரப்பட்டு முடிவெடுக்காமல் உங்கள் தேவையையும் கடன் வகையின் பெறுபேறுகளையும் அலசி ஆராய்ந்து ஒப்பிட்டு பெறுதலே சரியான வழியாகும். உறவுகளிடையே கடன் பெற்றால் 'கடன் அன்பை முறிக்கக் கூடும்'. அதைவிட இவ்வகைக் கடன் நிம்மதியானதாக இருந்தாலும், இவ்வகைக் கடனும் நாம் சரியாக கையாண்டு கட்டா விட்டால் ஈடாக அடகு வைத்த வீட்டையே விழுங்கக் கூடும் என்பதை நாம் ஒரு போதும் மறக்கலாகாது.

செக்கலிங்கம் பிரபாகரன்
- வீடு விற்பனைப் பிரதிநிதி -
haran@thaiveedu.com
prabaharan.s@thaiveedu.com

■ ■ ■

ஆபிரிக்கன் லயன் சபாரி

(African Lion Safari)



ஆபிரிக்கன் லயன் சபாரி என்றதும் நீங்கள் ஆபிரிக்கக் கண்டத்தைக் கற்பனை செய்து பார்ப்பீர்கள். அந்தப் பயங்கரமான காட்டுக்கு எப்படித் தனியே போவது என்ற பயம் மட்டு மல்ல, எவ்வளவு பணம் செலவாகுமோ என்ற தயக்கமும் உங்களுக்கு ஏற்படலாம். இயற்கையை ரசிப்பதில் ஆர்வம் இருந்தாலும், தொடக்கத்தில் நானும் அப்படித்தான் நினைத்துத் தயங்கினேன். பின்புதான் சரியான விபரம் எனக்குக் கிடைத்தது. நான் சொல்ல வருவது இங்கே ஒன்ராறியோ மாகாணத்தில் இருக்கும் ஆபிரிக்கன் லயன் சபாரியைப் பற்றியது. சுமார் ஒரு மணி நேரத்திற்கும் குறைந்த பயணத்தில் 401 நெடுஞ்சாலையில் மேற்கு நோக்கிச் சென்று, கேம்பிறிச்சில் உள்ள இந்த இடத்தை நீங்கள் அடைய முடியும். இந்த விடுமுறையில் பலர் தங்கள் குழந்தைகளை அழைத்துக் கொண்டு அங்கே சென்றிருக்கக் கூடும். 1969ம் ஆண்டு இந்த வனவிலங்குக் காட்சித் தோட்டம் ஆரம்பிக்கப்பட்டது. இன்று ஆயிரத்திற்கும் மேற்பட்ட வன விலங்குகளும், பறவைகளும் 50 ஏக்கருக்கு மேற்பட்ட நிலத்தில் சுதந்திரமாகச் சுற்றித் திரிகின்றன. இது வரை சென்று பார்க்காதவர்களுக்கு, மிருகங்கள் பறவைகள் எப்படி இயற்கையான சூழலில் வாழ்கின்றன என்பதை அறிந்து கொள்வதற்கு இந்த இடம் மிகவும் சிறப்பானதாகும். ஏந்த வித கட்டுப்பாடும் இல்லாமல் திறந்த வெளி களில் இயற்கையாகத் திரியும் விலங்குகளை, மிக அருகே சென்று பார்ப்பதற்கு நல்லதொரு சந்தர்ப்பத்தை ஏற்படுத்தித் தந்திருக்கிறார்கள் ஆபிரிக்கன் லயன் சபாரி அமைப்பாளர்கள்.



நீங்கள் விரும்பினால் உங்கள் வண்டியிலோ அல்லது ஏற்பாட்டாளர்கள் ஏற்பாடு செய்திருக்கும் பேருந்துகளிலோ விலங்குகள் இயற்கையாக நடமாடும் இடங்களுக்குச் சென்று பார்வையிடலாம். உங்கள் வண்டியில் செல்வீர்களானால் இன்னும் வேடிக்கையாக இருக்கும், ஏனென்றால் வழி நெடுகலும் உள்ள வானரங்கள் உங்கள் வண்டியில் அவ்வப்போது தெற்றிக் கொண்டு உங்களுடன் சேர்ந்து பயணம் செய்யும். அந்த அனுபவமே அலாதியானதாக இருக்கும்.

உங்கள் பயணத்தின்போது வீதி ஓரத்திலே சிங்கம், சிறுத்தை, ஒட்டகச்சிவிங்கி, காண்டாமிருகம், வரிக்குதிரை, யானை போன்ற காட்டு மிருகங்களையும், அமெரிக்கன் பிளமிங்கோ போன்ற பல இனப் பறவைகளையும் நீங்கள் எதிர்கொள்ள வேண்டிவரலாம். புதிதாக இந்த வருடம் நீண்ட கொம்புகளைக் கொண்ட ஆபிரிக்க ஆடுகள் (Oryx), எருமைகள் (Wildebeest-Gnu) போன்றவற்றையும் அங்கே கொண்டு வந்து வைத்திருக்கிறார்கள். மிக அருமையாகக் காணப்படும் வெள்ளைநிறக் காண்டா மிருகங்கள் இங்கே இருக்கின்றன. இத்தகைய காண்டா மிருகங்கள் சுமார் 3600 கிலோகிராம் எடை கொண்டவை. இதுவரை சுமார் பதினெட்டு சிறுத்தைக் குட்டிகள் இங்கே பிறந்து வளர்ந்திருக்கின்றன. வண்டி மெதுவாகவே செல்ல வேண்டும் என்ற ஒழுங்கு விதி இருப்பதால், வண்டியில் செல்லும்போது இருமருங்கிலும் அவற்றின் இயற்கை அழகை உங்களால் ரசிக்க முடியும். மிருகக் காட்சி சாலை போல அல்லாது இங்கே இயற்கையான சூழலில் அவை நடமாடுவதைக் காணமுடியும். குரங்குகள் உங்கள் வண்டியின் முகட்டில் உட்கார்ந்து உங்களுடன் பயணம் செய்யும். பயணம் முடியும் வரை வண்டியின் யன்னல் களை எப்பொழுதும் மூடியே வைத்திருக்க வேண்டும். இல்லாவிட்டால் அவை கையை நீட்டி உங்களிடம் எதையாவது யாசிக்கும். குரங்குக் குட்டிகள் தாயின் முதுகில் தொங்



கிக் கொண்டு விளையாடும் காட்சி அற்புதமானது. குழந்தைகளுக்கு இது மிகவும் வேடிக்கையான அனுபவமாக இருக்கும்.

42ம் பக்கம் பார்க்க...

ஆபிரிக்கன் லயன்...

41ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

இதைவிட அவ்வப்போது மிருகங்கள், பறவைகளின் காட்சிகளும் இடம் பெறும். நீங்கள் நுழைவுச் சீட்டு வாங்கும்போது உங்களுக்கு காட்சிகள் பற்றியும் அவற்றுக்குரிய நேரங்கள் பற்றியும் அறியத் தருவார்கள். அதுபற்றிய துண்டுப் பிரசுரங்களையும் அங்கே பெற்றுக் கொள்ளலாம். விரும்பினால் நீங்கள் அந்தந்த இடங்களுக்குச் சென்று அவற்றைப் பார்வையிடலாம். ஒவ்வொரு காட்சியும் சுமார் இருபது நிமிடங்கள் வரையிலான நேரத்தை எடுக்கின்றன.

படகுச் சவாரியும் இங்கே இருக்கின்றன. ஆபிரிக்கன் குயின் என்ற உல்லாசப்படகில் நீங்கள் செல்லும் போது ஏரிக்கரையோரங்களில் மிகவும் அருமையான பறவைகளைக் காணக்கூடியதாக இருக்கும். பலவிதமான பறவைகள் அங்கே கூடுகளில் இருக்கின்றன. இதைவிட 'நேச்சபோய்' (Nature Boy) என்ற தொடர்வண்டிச் சவாரியும் உண்டு. ஆங்காங்கே குழந்தைகள் விளையாடுவதற்கான சிறுவர் பூங்காக்களும் பாதுகாப்பான இடங்களில் அமைக்கப்பட்டு இருக்கின்றன. செல்லப் பிராணிகளுக்காகத் தனியாக ஒரு இடம் அங்கே ஒதுக்கப்பட்டிருக்கின்றது. மான், முயல், ஆட்டுக்குட்டி போன்ற செல்லப் பராணிகளை இங்கே பார்க்கலாம். உங்கள் கையால் அவற்றுக்கு உணவூட்டலாம். விரும்பினால் குதிரைச் சவாரிகூட நீங்கள் செய்யலாம்.

இன்று உயிரோடு தரையிலே வாழும் மிகப் பெரிய மிருகம் யானைதான் என்பது பலருக்கும் தெரிந்திருக்கும். அந்த யானைகள் குளிக்கும் காட்சி மிகவும் ரசிக்கத்தக்கது. தண்ணீரில் மூழ்கி, தண்ணீரைச் சிந்தி விளையாடுவது, ஒன்றின் பின் ஒன்றாக நடந்து போவது, துதிக் கையை நீட்டி வேடிக்கை செய்து காட்டுவது போன்ற பல காட்சிகள் அங்கே இடம் பெறுகின்றன. சுமார் பன்னிரண்டு யானைக் குட்டிகள் இதுவரை இங்கேயே பிறந்து இங்கேயே வளர்கின்றன. இவற்றில் நத்தாஸா (Natasha) என்ற பெண் யானைக்குப் பிறந்த ஓப்பல் (Opal) என்ற குட்டியானை மூன்றாவது தலை முறையைச் சார்ந்ததாகும். நாங்கள் இலங்கையில் இருக்கும் போது இப்படியான யானைகள் குளிக்கும் காட்சிகளை அடிக்கடி பார்த்திருக்கிறோம். ஆனால் இங்கே பிறந்து வளர்ந்து வரும் அடுத்த தலைமுறையினருக்கு இந்தக் காட்சிகள் புதுமையான அனுபவமாக இருக்கும்.

கிளிகளின் காட்சியும் அற்புதமானது. பேசும் கிளிகள், பாடும் கிளிகள், சயிக்கிள் ஓடும் கிளிகள், என்று எங்களை வியப்பில் ஆழ்த்துகின்றன. கனடிய தேசிய கீதமான ஓ கனடாவைக் கூட அவை இசைக்கின்றன. அடுத்துப் பறவைகளின் காட்சி இடம் பெறுகின்றது. கழுகு, பருந்து, வல்லூறு, ஆந்தை போன்ற பறவைகளும் அவை எப்படித் தங்கள் இரையை தேடி லாவகமாகப் பிடிக்கின்றன என்பதையும் பழக்கப்பட்ட பறவைகளைக் கொண்டு செய்து காட்டு கின்றார்கள்.

பயணம் தொடங்கும்போது, அங்கே இயற்கைச் சூழலில் இருக்கும் விலங்குகளின் ஆரோக்கியம் கருதியும், பாதுகாப்புக் கருதியும் அந்த விலங்குகளுக்குத் தயவு செய்து எந்தவிதமான உணவும் கொடுக்க வேண்டாம் என்று அமைப்பாளர்கள் உங்களை அன்போடு கேட்டுக் கொள்வார்கள். நீங்களும் நம்பிக்கையோடு நடந்து கொள்ள வேண்டும். மிருகக் காட்சி சாலையில் மிருகங்களைக் கூட்டுக்குள் அடைத்துவிட்டு மனிதரைச் சுதந்திரமாக நடமாட விடுவார்கள். ஆனால் இங்கே வித்தியாசமாக, மனிதர்களை வண்டிக்குள் அடைத்துவிட்டு மிருகங்களைச் சுதந்திரமாக நடமாட விட்டிருக்கிறார்கள். வண்டி என்னும் கூட்டுக்குள் அடைபட்டு விலங்குகளுக்கு மத்தியில் பயணிப்பது என்பது வித்தியாசமான அனுபவமாகும்.

உங்கள் புகைப்படக் கருவியை உங்களுடன் எடுத்துச் செல்ல மறந்துவிடாதீர்கள். இங்கே எடுக்கப்படும் படங்கள் உங்கள் சொந்தப் பாவனைக்கு மட்டுமே உரியதாகும். வர்த்தக நோக்கத்திற்காகப் பாவிக்க முடியாதவை. பிற்காலத்தில் ஞாபகம் மீட்பதற்கு அவை உங்களுக்கு மிகவும் உதவியாக இருக்கும். உங்களுடைய வண்டி தற்செயலாக நடுவழியில் செயல் இழந்து போனால், உதவிக்கு வண்டி வரும் வரை, உங்கள் பாதுகாப்புக் கருதி வெளியே இறங்காமல் உள்ளேயே உட்கார்ந்து இருக்கவும்.

திறந்த வெளி என்பதற்குப் பலவேறு அர்த்தங்கள் கொள்ள முடியும். சுதந்திரமாக நடமாடும் இந்த மிருகங்களைப் பார்க்கும் போது எங்களுக்கு எவ்வளவு மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறது என்பதை எங்களால் உணரமுடிகிறது. ஆனால் ஒரு ஜனநாயக நாட்டில், தங்கள் சொந்த மண்ணான வன்னியில் வாழும் எம்மினத்தவர்களுக்கு இந்தச் சுதந்திரம் கூட இல்லையே என்பதை நினைக்கும் போது எல்லோர் மனதும் வேதனைப்படத்தான் செய்யும். உலக நாடுகள் இதைப் புரிந்து கொண்டால் எம்மினத்திற்கு விடிவு நிச்சயம் கிடைக்கத்தான் செய்யும்.

மேலதிக தொடர்புகளுக்கு: 1-800-461-9453, 1-519-623-2620.

kuruaravindan@thaiveedu.com



முள்ளிவாய்க்காலின் பின்னான தமிழ் அரசியல்



இலங்கைத் தீவில் தமிழ்மக்களுக்கான அரசியல் என்பது இன்னமும் தொடங்கவில்லையென்று சமீபத்தில் எழுதியிருந்தார் தமிழ் எழுத்தாளர் ஒருவர். என்ன நிகழ்ந்தது, ஏன் இவ்வாறு தமிழ் மக்கள் இவ் இடரில் மாட்டிக் கொண்டார்கள் என்று தமிழ்மக்கள் அங்கலாய்த்து நிற்கிறார்கள். தமிழ் மக்களுக்கான அரசியல் என்பது இப்பொழுது ஒரு இடைமாறு காலகட்டத்தில்தான் உள்ளது என்று உரைக்கப்படுவது எத்துணை நம்பகத்தன்மை வாய்ந்தது என்றவாறெல்லாம் கேள்விகள் எழுகின்றது. தங்களுக்கான அரசியல்வெளி வெற்றிடமாகிய சூழலில் பித்துப் பிடித்து அரசியல் சலிப்பு ஏற்பட்டு எதையும் உள்வாங்க முடியாதவர்களாக, எவற்றையும் சந்தேகக் கண்ணோடு நோக்குபவர்களாகவே தமிழர்கள் அதிகமாகத் தென்படுகிறார்கள். மறுபுறம் நடைபெற்று முடிந்த உள்ளூராட்சி சபைத் தேர்தல்களில் சிறிலங்கா அரசு அரங்கேற்றியிருந்த பல்வேறு சித்து விளையாட்டுகளுக்கப்பால் தமிழ்த் தேசியக்கூட்டமைப்பு பெற்றிருந்த வாக்குகளை வகுத்துப் பகுத்து, ஆய்ந்து அதன் நம்பிக்கை நூலிழையில் தொங்கிக் கொண்டு ஊசலாடி நிற்கிறார்கள் தமிழ்த் தேசியர்கள்.

மூன்று இலட்சம் மக்களும், பல்லாயிரக்கணக்கில் போராளிகளும் சிறிலங்கா அரசின் பிடியில் மாட்டி நிற்கையில், தப்பிக் கொண்ட, காடுகளில் ஒழிந்து கொண்டுள்ள போராளிகள் மீண்டும் தங்களைச் சுதாகரித்துக் கொண்டு எழுவார்களா என்பது குறித்த ஊகங்களைத் தத்தமது அரசியல் நிலைப்பாடுகளுக்கு ஏற்ப நாமெல்லாம் மொழிந்து கொண்டிருக்கின்றோம். ஆயுதப்போராட்ட யுகம் முடிந்துவிட்டது, நவீன தமிழ் அரசியலில் தோன்றிய ஒரு வீரயுகம் முடிந்துவிட்டது போன்ற விமர்சனச் சொல்லாடல்கள் எழுத்துருவம் பெறத் தொடங்கிவிட்டன.

போராளிகள் தம் மீது உடுத்தியிருந்த வீரம், தியாகம் போன்ற அணிகலன்கள் யாவுக்கும் நான்காம் கட்ட ஈழப்போரில் ஏது நிகழ்ந்தது போன்ற ஆய்வுகள் தொடர்ந்து கொண்டேயிருக்கின்றது. முடிவில்லாத கேள்விகளும், பதில்களும் வெளிப்பட்ட வண்ணம் அதன் சாத்தியங்களைத் தக்க வைப்பதற்கான சூதாட்டத்தில் நாங்கள் பகடைகளை உருட்டிய வண்ணம் இருக்கின்றோம்.

நான்காம் கட்ட ஈழப்போரில் மாவிலாறு, முகமாலை போன்ற சமர்களங்களில் தமிழ் படைகள் பின்வாங்கியதில் ஆரம்பித்த மக்கள் இன்னல்கள் இறுதியில் முள்ளிவாய்க்காலில் முடங்கிய சுமார் மூன்று இலட்சம் மக்கள் போரின் கோரங்களால் வதையுண்ட விதம் ஈறாகத் தமிழ் மக்கள் அநுபவித்த கொடுமைகள் இன்றும் உலகின் மனச்சாட்சி படைத்த மாந்தர்களின் இதயங்களைப் பிளிந்து கொண்டேயிருக்கிறது. நவீன தமிழ் அரசியலில் மாத்திரமல்லாது மூன்றாம் உலக நாடுகளின் அரசியல் எங்கணும் தனிநபர் தலைமை உச்சமாகக் காணப்படுவது நாமெல்லொரும் அறிந்த உண்மைதான். நவீன தமிழ் அரசியலென்பது மூன்றாம் உலக அரசியலில் இருந்து பிரித்துப் பார்க்கப்பட இயலாத பல்வேறு வகையிலான உளவியல் அம்சங்களைத் தன்னகத்தே கொண்டு விளங்குவதைப் புறந்தள்ளிவிட்டு எவ்வகையிலான மீளாய்வுகளையும் ஆரோக்கியமான விமர்சன வரையறைகளுடன் நாம் கட்டமைக்க இயலாது.

ஆயுதப் போராட்டம்தான் தமிழ்மக்களுக்கான விடிவைப் பெற்றுத் தரும் ஒரே வழி என்று நம்பிக்கை கொண்டவர்களாகவே தமிழ்மக்களில் பெரும்பாலானோர் நேற்றுவரை அசைக்க முடியாத நம்பிக்கையுடன் காத்திருந்தார்கள். ஆனால் இன்று வகைதொகையான கேள்விகளை எங்களுக்குள் எழுப்பிக் கொண்டு புலம்புகின்றோம். 40 ஆண்டுகாலத் தமிழ்த் தீவிரவாத அரசியல் வெறுமனே ஈழத் தமிழ் மக்களால் மாத்திரம் கட்டியெழுப்பப்பட்டதல்ல. அதற்கு 83களிலிருந்து 87வரை இந்தியா பல வழிகளிலும் உதவியிருக்கின்றது. அதற்குள் தமிழக அரசும், தமிழக மக்களும் அளித்த உதவிகள் உள்ளடக்கம். அவ்வாறு உதவிய இந்தியா எம்மோடு முரண்பாடுகள் கொள்ள ஆரம்பித்த வேளைகள் தமிழ்த் தீவிரவாத அரசியலின் முக்கியமான திருப்பு முனை. தமிழின் நவீன வீரயுகம் ஒன்று இந்த முரண்களைக் கட்டவிழ்ப்பதில் ஏற்பட்ட பலாபலன்களுக்குள் சிக்குண்டு விட்டது. இனி வரும் காலம் எவ்வாறாக அமையும்? என்ற கேள்வியே இன்று எம்முன் எழுந்து நிற்கின்றது.

யுத்தத்தின் படிப்பினைகளிலிருந்து அறிவு படைத்து இயங்க வைக்கும் ஒரு புதிய வீர மரபின் எழுச்சி அதாவது மரபு மாற்றம் குறித்து சிலர் கட்டியம் கூறுகின்றார்கள். தமிழ் மக்களின் வீழ்ச்சியிலிருந்து பெற்ற படிப்பினைகளிலிருந்து ஒரு புதிய தமிழ் அரசியல் வெளியை உருவாக்குவது என்ற அர்த்தத்தில் அவை கூறப்படுவதாகப் பொருள்படும்.

அண்மைக் காலங்களில் நான் மிகவும் தீவிரமாகப் பேசமுனையும் பேசுபொருட்களான ஜனநாயகம், வன்முறையற்ற அரசியல், அரசியல் இராஜதந்திர அணுகுமுறைகள் ஆகிய கருத்தியல்கள் எவ்வாறு இத்தகைய அரசியல் வெளியோடு அது தொடர்பான விவாதங்களை அல்லது உரையாடல்களை அல்லது கெடுபிடிகளை ஏற்படுத்தும் என்பதை அரசியலாளர்களின் எதிர்பார்ப்புகளுக்கு விட்டுவிடுகின்றேன்.

80களின் உலக அரசியல் சோவியத்-அமெரிக்க பனிப்போர் சிந்தாந்தத்தின் அடிப்படையிலே அலசி ஆராயப்பட்ட பின்னணியைக் கொண்டது. எம்மில் பலர் அன்று இவ்வாறான பனிப்போர் யுகத்தின் அரசியலுக்கு ஊடாகவே ஈழ அரசியலைப் புரிந்து கொள்ள முனைந்தோம். ஆனால், 90களின் போது ஏற்பட்ட சோவியத் யூனியனின் உடைவின் பின்னரான புதிய உலக ஒழுங்கைப் புரிந்துகொள்ளவதில் எம்மில் பலருக்கும் புத்திஜீவிகள் உட்பட சிரமமிருந்திருக்கின்றது.

முள்ளிவாய்க்காலில் தமிழ்மக்களுக்கு ஏற்பட்ட வீழ்ச்சியின் தாற்பரியம் புதிய உலக ஒழுங்கைச் சரியாக உள்வாங்காததன் விளைவுதான் என்ற விமர்சனத்தை முன்வைக்கும் எந்த ஆய்வாளர்களாலுமே சிறிலங்காவின் இறுதி ஜனாதிபதித் தேர்தலின் போது சிறிலங்காவின் ஆளும் வர்க்கத்தைக் கூறு போட்டு இரு பெரும் சிங்களக் கட்சிகளான ஐக்கிய தேசியக் கட்சிக்கும், சிறிலங்கா சுதந்திரக் கட்சிக்கும் இடையில் அரசியல் சமநிலையை உருவாக்குவதன் மூலம் அவ்விரு கட்சிகளுக்கும் இடையில் பெரும் மோதலை ஏற்படுத்துவதனால் தமிழர் தரப்பு அடைய இருந்த சாதகச் சூழல் சுட்டிக் காட்டப்படவில்லை என்பதை இந்தப் பத்தியில் முன்வைத்து அன்றைய சந்தர்ப்பத்தில் அதனை இடித்துக் கூறிக் கொண்டிருந்த என்னால் ஜனாதிபதித் தேர்தல் முடிவின் பின்னர் 'இனவாதம்' என்ற தலைப்பில் எழுதப்பட்ட கட்டுரையின் குறிப்பிட்ட பகுதியினை இங்கு முன்வைப்பது மிகவும் பொருத்தமானது என எண்ணுகின்றேன். மேற்கொண்டு அதனை வாசியுங்கள். (ஏனெனில் அன்றைய சந்தர்ப்பத்தில் சந்திரிகாவினால் கலைக்கப்பட்ட பாராளுமன்றத்தை சிறிலங்கா சுதந்திரக் கட்சி தலைமையிலான கூட்டு முன்னணி கைப்பற்றியிருந்தமை இங்கு குறிப்பிடத்தக்கது).

“இவ்வாறான மனிதப் படுகொலைகளைப் பயன்படுத்தி அரசியல் லாபம் பெறுவதற்கான முயற்சிகளையே அரசியல் அதிகாரத்தை அனுபவிக்கும் அதிகார சக்திகள் மேற்கொள்ளும். உலக வரலாறுகள் எங்கணும் மனிதப் படுகொலைகள் தொடர்ந்த வண்ணமேயுள்ளன. இனத்தின் பேரால், மதத்தின் பேரால், மொழியின் பேரால், ஊரின் பேரால், உறவுகளின் பேரால் என இப் படுகொலைகள் நியாயப்படுத்தப்படுகின்றன. நாடுகள், இனங்கள், மக்கள் கூட்டம் போன்றவை பிறிதொரு ஆக்கிரமிப்பாளனால் ஆக்கிரமிக்கப்படும் போதும், பலம் பொருந்திய நாடுகள் பொருளாதாரச் சந்தை வாய்ப்புக்களைத் தக்க வைத்துக் கொள்வதற்காக இராணுவ நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ளுகின்ற போதும் நிகழ்த்தப்படும் மனிதப் படுகொலைகள் மனித மாண்பினைச் சிதைக்கின்றன. காட்டுமிராண்டித்தனம் கட்டவிழ்த்து விடப்படுகின்றது. ஆகவேதான் நாகரீக சமுதாயங்கள் மனித உரிமைகளையும், மனித உயிர்களையும் காப்பதற்காகப் பல்வேறு உடன்படிக்கைகளை, யாப்புக்களை, சட்டங்களை இயற்றி வந்துள்ளன.

ஆனாலும் ஆளுமை படைத்த சமுதாயங்களால் இத்தகைய சட்டங்கள் தங்கள் நலன் சார்ந்து வெவ்வேறு விதங்களில் பிரயோகிக்கப்படும் வழக்கத்தையும் இன்றைய உலகில் நாம் காணுகின்றோம். இந்தச் சூழ்நிலையில் இன முரண்பாடு கூர்மையடைந்து முற்றிப் போயிருக்கும் இத் தருணத்தில் சராசரித் தமிழ், சிங்கள மக்களிடையே இவ்வாறான மனிதப் படுகொலைகள் தீவிர இனவாதத்தையே மேலோங்கச் செய்யும். தமிழர் படுகொலைகளால் சிங்களவர்கள் மனம் மகிழ்வதும், சிங்கள உயிரிழப்புக்களால் தமிழர்கள் குதூகலம் அடைவதும் ஒப்பீட்டு அடிப்படையில் மேலோங்கி நிற்கும். எல்லா இனங்களையும் சேர்ந்த நல்ல மனிதர்கள் கூட இத்தகைய மனோபாவத்துள் ஆழ்ந்து, அமிழ்ந்து விடும் போது இனவாத அரசியல்வாதிகளுக்கு அரசியல் அதிகாரத்தைத் தக்க வைத்துக் கொள்வது சுலபமாகி விடுகிறது.

சிங்கள இனவாதம் மேலும், மேலும் தீவிரம் அடைதல் தமிழ் மக்களுடைய தேசிய சுய நிர்ணய உரிமைப் போராட்டத்துக்கு வலுச் சேர்க்கும், சர்வதேச அங்கீகாரத்தைப் பெற்றுத் தரும் என்பதை வலுவான வாதமாகத் தமிழ் தேசியவாதிகள் கருதுகிறார்கள். ஆனால் சிங்களப் பேரினவாதமானது ஓர் எல்லைக்கு அப்பால் சர்வதேச சக்திகளைப் பகைத்துக் கொள்ளாது காலத்தை இழுத்தடித்தும், தந்திரோபாய காய் நகர்த்தல்களில் ஈடுபட்டும், அரைகுறைத் தீர்வுகளுக்கு இணங்கியும் தனது அரசியல் சித்து விளையாட்டுக்களைத் தொடரும் என்ற உண்மையை நாம் வசதியாக மறந்து விடுகின்றோம்.

“சர்வதேசப் பாதுகாப்பு வலைப்பின்னல்” புரிந்த ரணிலிடமிருந்து தமிழ் மக்களைக் காப்பாற்ற முற்படுகையில் கிணறு வெட்டப் பூதம் எழுந்த கதையாய் இன்னுமொரு இன வாதப் பூதம் மேலும் வலுவான நிலையில் சர்வதேசத்தைத் தனக்குத் துணையாக அழைத்துள்ளமையை இங்கு நாம் நோக்க வேண்டும்.

மேலும் இலங்கைத் தமிழர் விடயத்தில் மத்திய அரசின் நிலைப்பாடுதான் தமிழக அரசின் நிலைப்பாடுமாகும் என்று தமிழக முதல்வர் கருணாநிதி வெளிப்படையாகக் கூறியுள்ளார். தமிழ் நாட்டுக்கு இந்த வருடம் இது வரையில் 3,500க்கும் மேற்பட்ட ஈழத் தமிழ் அகதிகள் சென்றுள்ளார்கள். கடந்த பல வருடங்களாகத் தமிழகத்திற்குச் சென்று தஞ்சமடைந்து முகாம்களில் வாழும் பல்லாயிரக் கணக்கான அகதிகளின் துயர் தோய்ந்த வாழ்வு சொல்லில் விபரிக்க முடியாதது.

ஆயினும் இந்திய மத்திய அரசானது இலங்கையின் இறைமைக்குட்பட்டு இலங்கையின் தமிழ் தேசிய இனப்பிரச்சினையில் இலங்கை அரசுடன் முரண்படாது செல்கின்ற போக்கையே இன்று பட்டும் படாமலும் கடைப்பிடித்து வருகின்றது. எதிர்காலத்திலும் இதே உத்தியையே இந்திய அரசு கையாளும். அதே சமயத்தில் இந்திய அரசானது மறைமுகமாக ஈழப் பிரிவினை கோரிக்கையைப் பலவீனப்படுத்தும் வகையில் இலங்கை அரசுக்குத் தேவையான சகல இராணுவ உதவிகளையும் வழங்கும். குறிப்பாகக் கடல் பிராந்தியத்தில் கூடுதல் உதவியை இந்தியா இலங்கைக்கு வழங்கும். எனவே இன்றைய உலகச் சூழலும், இந்தியச் சூழலும் ஈழத் தமிழ் மக்களுக்குச் சாதகமாயில்லாத சூழலில் எதைத்தான் செய்வது? என்ற கேள்வி எழுகின்றது.

மேற்குலகின் நண்பன் என்று கருதப்படும் ரணில் ஈழத் தமிழ் மக்களுக்குத் தீர்வை வழங்கியிருப்பார் என்பதை நான் நம்ப மறுத்தாலும் ரணில் அதிகாரத்தில் இருந்திருந்தால் நிலைமைகள் மேலும் சிறப்பாகத் தமிழர் தரப்புக்கு அமைந்திருக்கும் என்பதையே இங்கு நான் கூற விரும்புகின்றேன்.

ஜனாதிபதித் தேர்தலுக்குச் சில நாட்களுக்கு முன்பாக மிலிந்த மொறகொட வழங்கிய பத்திரிகைப் பேட்டியில் “சர்வதேசப் பாதுகாப்பு வலைப்பின்னல்” என்ற பொறி தமிழர் தரப்புக்கு எதிராக அமைக்கப்பட்டதாகக் கூறியிருந்தார். அதன் விளை பொருட்களில் ஒன்றுதான் “கருணா” என்பதும் அப் பேட்டியில் உள்ளடங்கியிருந்தது. இதனால் எழுந்த சர்ச்சையே ரணில் விக்கிரமசிங்கா சூட இருந்த மகுடத்தைக் குப்புறக் கவிழ்த்தது. ரணிலின் “பாதுகாப்பு வலைப்பின்னலில்” நாடு துண்டாடப்படுவதிலிருந்து காப்பாற்றப்படும் என்ற உறுதி மொழி மேற்குலகினால் வழங்கப்பட்டிருக்கும் என்ற உண்மைக்கு அப்பால் தமிழர் தரப்பு அச்சப்படுவதற்குப் பெரிதாக ஏதும் இல்லையென்றே நான் எண்ணுகின்றேன். “கருணா” குறித்த மிலிந்த மொறகொடவின் கூற்றுக்கள் சிங்களப் பேரினவாதத்தைத் திருப்திப்படுத்த மொழியப்பட்ட மிகைப்படுத்தப்பட்ட கூற்றுக்களாக அமையும் வாய்ப்புக்களையும் ஒதுக்கித் தள்ள முடியாது.

ஆனால் மறுபுறத்தில் ரணில் தேர்தலில் வெற்றி பெற்று அதிகாரத்தைக் கைப்பிடித்திருந்தால் தமிழர் தரப்பு சர்வதேச மட்டங்களிலே இன்னும் ஆற்ற வேண்டியிருந்த அரசியல் பணிகளுக்கான கால அவகாசம் கிடைத்திருக்கும். ஐரோப்பியத் தடை நிகழ்ந்திராது. உலகெலாம் புலம் பெயர்ந்து வாழ்ந்து கொண்டிருக்கும் ஈழத் தமிழ் மக்களுக்கும், தாய் நிலத்துக்குமான உறவு அமைதிச் சூழல் காரணமாக அதிகரிக்கும் பயணப் போக்கு வரத்துக்களினால் மேலும், மேலும் இறுக்கமடைந்திருக்கும். சகல நிறைவேற்று அதிகாரங்களையும் ரணில் பெற்ற நிலையில் ரணிலை அம்பலப்படுத்துவதற்கான வாய்ப்பும் தமிழர் தரப்புக்குக் கிடைத்திருக்கும். இதற்கும் அப்பால் இனவாதப் படுகொலைக் களங்களிலே தற்காலிக அமைதிக்கான கால இடைவெளி இன்னும் சிறிது நீண்டு விரிந்திருக்கும்.

muralitharan.n@thaiveedu.com

■ ■ ■

காப்புறுதியில் குழப்பமா?

சென்ற இதழில் குறிப்பிட்ட மருத்துவ ரீதியின்றி உடனடியாக அமுலுக்கு கொண்டுவரும் காப்புறுதி ஒப்பந்தங்களில் கேட்கப்படும் கேள்விகள் பின்வருமாறு:

நிறுவனம் A

நிறுவனம் A ஐ பொறுத்தவரை

1. கடந்த 2 வருடங்களுக்குள் நீங்கள் ஏதாவது காப்புறுதி ஒப்பந்தத்திற்கு மனுச்செய்து நிராகரிக்கப்பட்டதா அல்லது பின்போடப்பட்டதா?

2. தற்சமயம் வைத்தியசாலையில் அனுமதிக்கப்பட்டிருக்கிறீர்களா அல்லது படுத்த படுக்கையில் இருக்கிறீர்களா? நடமாடுவதற்கு ஏதாவது சக்கரம் உள்ள நாற்காலி உபயோகப்படுத்துகிறீர்களா?

3. கடந்த இரண்டு வருடங்களுக்குள்

(a) ஏதாவது தீராத வியாதி காரணமாக உங்கள் உடம்பில் உள்ள உறுப்பு அல்லது உறுப்புக்கள் ஏதும் நீக்கப்பட்டதா?

(b) இருதயக் கோளாறு, கைகால் நடுக்கம், புற்றுநோய் இரத்த சம்பந்தமான கொடூர வியாதி, கொடிய ஈரல் வியாதி, சிறுநீரக வியாதி, சலரோக தடுப்பூசி மருந்தின் விளைவால் ஏற்படும் குறைபாடு காரணமாக வைத்தியசாலையில் அனுமதிக்கப்பட்டீர்களா?

(c) மேற்கண்ட வருத்தங்கள் காரணமாக ஏதாவது கண்காணிப்பில் இருந்தீர்களா?

4. கடந்த இரண்டு வருடங்களுக்குள்

(a) சுவாசிப்பதற்கு கஷ்டப்பட்டு அதன் காரணமாக வைத்தியசாலையில் அனுமதிக்கப்பட்டு பிராண வாயு கொடுக்கப்பட்டதா?

(b) மாரடைப்பால் பாதிக்கப்பட்டீர்களா?

தொடர்: 6

இருதய குறைபாடு (Coronary Insufficiency), இருதய இரத்த போக்குவரத்து குறைபாடு, (Angina) உடல் உறுப்பில் ஏதாவது ஒரு அங்கம் இயங்காமல் (Stroke) அதன் காரணமாக வைத்தியசாலையில் அனுமதிக்கப்பட்டிருக்கிறீர்களா?

இருதய இரத்த போக்குவரத்து குறைபாடு மோசமானதன் காரணமாக புதிய மருந்துகள் அல்லது வேறு மாற்று மருந்துகள் கொடுக்கப்பட்டதா? இதன் காரணமாக மருந்துகளின் எண்ணிக்கை அதிகரிக்கப்பட்டதா?

(5) கடந்த 5 வருடங்களுக்குள்

உங்கள் உடம்பில் உறுப்பு இயங்காமை காரணமாக அல்லது மோசமானதன் காரணமாக வேறு உறுப்பு பொருத்தப்பட்டதா?, பிரதம உடல் உறுப்பு மாற்று சத்திர சிகிச்சை அளிக்கப்பட்டதா? (Any organ Transplant or a Bone marrow Transplant).

Aids நோயினால் பாதிக்கப்பட்டிருக்கிறீர்களா?

முற்றிலும் மாற்றமுடியாத கொடிய நோயினால் பாதிக்கப்பட்டிருக்கிறீர்களா?

மேற்கண்ட வருத்தங்களில் ஏதாவது ஒன்று உங்களுக்கு இருக்கிறது என்று யாராவது வைத்தியர்கள் அல்லது வைத்தியசாலை மூலம் அறிவிக்கப்பட்டதா?

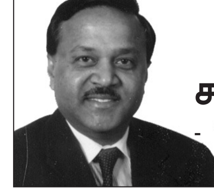
இந்த கேள்விகளில் எல்லாவற்றிற்கும் 'இல்லை' என விடை அளித்தால் காப்புறுதி ஒப்பந்தம் 2 நாட்களுக்குள் அமுலுக்கு கொண்டுவரும். பதிலாக ஏதாவது ஒரு கேள்விக்கு 'ஆம்' என்று பதிலளித்தால் இதே நிறுவனம் மூலம் 2 வருடத்திற்கு பின் அமுலுக்கு கொண்டுவரும் காப்புறுதி திட்டத்திற்கு மனுச் செய்யலாம். ஆனால், இந்த இரண்டாவது திட்டத்தில் மாதாந்த அல்லது வருட கட்டுப்பணம் சற்று அதிகமாக இருக்கும். இந்த இரண்டு திட்டங்களிலும் அதிகபட்சமாக $50,000 வரை மனுச் செய்யலாம். இரண்டாவது வகையான திட்டத்தை பொறுத்தவரை காப்புறுதி ஒப்பந்தம் அளித்த திகதியிலிருந்து (Policy Issue Date) இரண்டு வருடத்திற்குள் மரணம் ஏற்படின் கட்டிய மாதாந்த அல்லது வருட கட்டுப்பணத்துடன் 3% வட்டியும் கொடுக்கப்படும். இந்த வட்டிவிகிதம் வங்கியோ அல்லது பிரத்தியோக நிதி நிறுவனமோ அளிக்கப்படமாட்டாது என்பது குறிப்பிடத்தக்கது. ஆனால், முதலாவது வகையை பொறுத்தவரை மனுச் செய்த காப்புறுதி தொகை முழுவதும் வாரிசுதாரரை வருமான வரியின்றி சென்றடையும். அத்துடன் முதலாவது வகையில் $30,000 வரை வருடா வருடம் 3 விகிதத்தினால் அதிகரிக்கும் திட்டமாகவும் மீதி $20,000இனை ஆரம்பத்திலிருந்து இறுதி வரை சற்றேனும் மாறாத திட்டமாகவும் மனுச் செய்யலாம். இந்த ஒழுங்குபாடு வயது குறைந்தவர்களுக்கு சாலவும் சிறந்தது. காரணம், காப்புறுதி தொகை விலைவாசிக்கு ஏற்ப, எவ்வளவு காலம் மனுச் செய்தவர் உயிரோடு இருக்கிறாரோ அதற்கேற்ப அதிகரிக்கும். அத்துடன் இந்த நிறுவனத்தின் காப்புறுதி ஒப்பந்தத்தின் விசேட அம்சம் என்னவென்றால், சலரோகக்காரர் ஊசி உபயோகப்படுத்துபவராக இருந்தாலும் காப்புறுதி உடனடியாக அமுலுக்கு வரும் திட்டமாக கொடுக்கப்படும். ஏனைய நிறுவனங்கள் அப்படியல்ல.

நிறுவனம் B

நிறுவனம் Bஇனை பொறுத்தவரை மாதாந்த கட்டுப்பணம் நிறுவனம் Aஇலும் பார்க்க சற்று அதிகமாக இருக்கும். அத்துடன் நிறுவனம் Bஇல் சலரோகத்திற்கு ஊசி பாவிப்பவராக இருப்பின் காப்புறுதி ஒப்பந்தம் உடனடியாக அமுலுக்கு வரும் திட்டமாக கொடுபடமாட்டாது.

ஆனால் நிறுவனம் Bயினை பொறுத்தவரை ஆரம்பத்திலிருந்து வருடா வருடம் 3%இனால் அதிகரிக்கும் திட்டமாக $50,000 வரை மனுச் செய்யலாம்.

தொடரும்



சக்திவேல்
- ஆயுட் காப்புறுதி முகவர் -

saththivel@thaiveedu.com







TWO FULL TIME REALTORS ONLY ONE COMMISSION

Morningside & Sheppard



$436,900
4 Bedrooms, 4 Washroom

Mccowan/Ellesmere



$349,900
3+3 Bedrooms, 2 Washroom

Denison/Middlefield



$379,900
3 Bedrooms, 3 Washroom

16th Ave/9th Line



$489,700
4 Bedrooms, 3 Washroom

Bur Oak/ 9th Line



$499,999
4 Bedrooms, 4 Washroom

The Gore/Ebenezer



$548,000
3 Bedrooms, 2 Washroom

Mccowan / Finch (Sandhurst Circ)



$289,000
3 Bedrooms, 2 Washroom

Steeles/Kipling



$164,900
2+1 Bedrooms, 2 Washroom

Don Mills/Overlea



$169,000
2 Bedrooms, 1 Washroom

Hwy 10/Eglinton



$174,900
2+1 Bedrooms, 2 Washroom

Brimley Rd/Ellesmere



$245,000
2 Bedrooms, 2 Washroom

Mccowan/Borough



$269,900
2 Bedrooms, 2 Washroom

Ellesmere/Old Kingst



$290,000

Mccowan/Steeles



$184,900
2+1 Bedrooms, 2 Washroom

Rossland/Westny



$329,900
3 Bedrooms, 3 Washroom

16th & 9th Line



$519,900
4 Bedrooms, 4 Washroom

Morningside & Nightstar



$549,900
5+1 Bedrooms, 3 Washroom

Kennedy/ Ellesmere



$254,900
3 Bedrooms, 2 Washroom

Kennedy & Eglinton



$199,000
2+1 Bedrooms, 2 Washroom

Morningside & Lawrence



$399,900
4 Bedrooms, 3 Washrooms

Not Intended to Solicit Currently Listed Properties or Buyers Under Contract.

Apex Creations - 416-297-0707

முகவரி காட்டும் முகவர்களாய் நாங்கள், வீடு வாங்க விற்க அழையுங்கள்



HomeLife/Future Realty Inc., Brokerage*
7 Eastvale Dr, Suit 205, Markham On. L3S 4N8
Bus.: 905-201-9977 Fax : 905-201-9229
www.realhouse.ca
*Independently Owned and Operated, REALTOR

தமிழ் சுப்பிரமணியம் (செல்வன்)

முகுந்தன் நடராஜா

Thamil Suberamaniam (Selvan)
Sales Representative
Direct : 416.358.6200
Email : thamilrealtor@gmail.com



Mugunthan Nadarajah
Sales Representative
Direct : 416.276.8025
Email : homelifemugunthan@gmail.com

கனடாவில் தனிநபரின் வங்குரோத்து நிலை

(Personal Bankruptcy in Canada)

தொடர் 2

சங்கர்.T

இவ்வாறான சூழ்நிலையில் நீங்கள் என்ன செய்யலாம்?

தொடர்ச்சியாக ஒவ்வொரு மாதமும் நீங்கள் இவ்வாறான சூழ்நிலையை எதிர் நோக்கினால் கடனின் ஒருபகுதியை மீளச்செலுத்துவதற்காக, வங்குறோத்து பொறுப்பாளரினூடாக கடன் வழங்கியவர்களுடன் கலந்து ஆலோசித்து பொருத்தமான சில ஒழுங்குகளை முடிவு செய்வது, உங்களுக்கு நன்மை ஏற்படுத்தும்.

பின்வரும் சூழ்நிலைகள் ஏற்படும் வேளையில் உங்களது கடனின் ஒரு பகுதியை செலுத்துவதற்கான ஏற்பாடு செய்வது பொருத்தமானதாக அமையும்.

- உங்களது கடன் $4,800க்கு அதிகமானதாக இருத்தல். (வீட்டு அடமானக் கடனை தவிர)
- உங்களுக்கு ஓர் வேலை உண்டு என்பதனால் ஒவ்வொரு மாதமும் உங்களால் ஓரளவு கடனைச் செலுத்தக்கூடிய தகமை இருத்தல்.
- உங்களுக்கு கடன் வழங்கிய அனைவருக்கும் முழுக்கடனையும் வட்டியுடன் செலுத்த முடியாத நிலையில் இருத்தல்.

கடனின் ஒரு பகுதியை மட்டும் திரும்ப செலுத்துவதற்கு ஏற்பாடு செய்வதனால் பெறப்படும் பயன்கள்

- நீங்கள் உங்கள் கடனின் ஒரு பகுதியை மட்டும் திருப்பிச் செலுத்துவதற்காக கடன் வழங்கியவர்களுடன் வங்குறோத்து பொறுப் பாளரினூடாக (Trustee) பேரம் பேசி சமரசமான ஓர் நிலையை ஏற்படுத்த முடியும்.
- நீங்கள் இத்திட்டத்திற்கு உடன்படும் நாளில் இருந்து தொடர்ந்து வட்டி செலுத்த வேண்டிய கடமைப்பாடு நீக்கப்படுகிறது.
- ஒரு சில உத்தரவாதமற்ற கடன்களை தவிர ஏனையவை யாவும் உள்ளடக்கப்படும்.
- கடன் அட்டை கடன் (Credit Card Loan), வங்கி கடன், சம்பள தின கடன் (Pay Day Loan), வருமான வரி என்பன ஒரு சில உதாரணங்கள்.
- கடனைத் திரும்ப செலுத்த வேண்டிய ஆகக் கூடிய கால எல்லை 60 மாதங்கள்.
- சம்பளத்தில் இருந்து பணம் கழிக்கபடுதல் உட்பட கடன் செலுத்தப்பட வேண்டியவர்களின் தொலைபேசி அழைப்புக்கள் போன்ற செயற்பாடுகள் யாவும் (தாபரிப்பு பணம் செலுத்தல் தொடர்பான அழைப்புக்கள் தவிர) உடனடியாக நிறுத்தப்படுகிறது.
- உங்கள் வீடு அல்லது வேறு சொத்துக்கள் எவற்றையும் நீங்கள் இழக்கமாட்டீர்கள்.

உங்களுக்கு கடன் வழங்கியவர்கள் ஏன் இந்த வகையான திட்டத்திற்கு உடன்படுகிறார்கள்?

நீங்கள் வங்குறோத்து நிலைக்கு சென்றால் உங்களுக்கு கடன் வழங்கியவர்கள் உங்களுக்கு கொடுத்த கடன் முழுவதையும் இழக்க வேண்டி ஏற்படும். ஆனால் இந்த திட்டத்தின் மூலம் ஒரு பகுதி கடனையாவது அவர்கள் மீளப் பெறும் வாய்ப்பு உள்ளது. எனவே அவர்கள் இந்த திட்டத்தை ஏற்க தயாராக உள்ளார்கள்.

மீளச் செலுத்த வேண்டிய கடனின் ஒரு பகுதியை மட்டும் செலுத்தும் திட்டத்தின் மூலம் நீங்கள் செய்ய முடியாதவை எவை?

இத்திட்டத்தின் மூலம் நீங்கள் கீழே குறிப்பிட்டுள்ள விடயங்களைச் செய்ய முடியாது என்பதை கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும்.

- உங்களுக்கு கடன் வழங்கியவர்களில், நீங்கள் விரும்பியவர்களை மட்டும் தெரிவு செய்வதற்கு உங்களுக்கு அனுமதி வழங்கப்படமாட்டாது.
- தாபரிப்பு பணத்தை வழங்குதலை நிறுத்த முடியாது.
- மாணவர்களது கடன் தொடர்பான பொறுப்புக்களில் இருந்து விலக முடியாது.
- வீட்டுக் கடன் அல்லது மோட்டார் வாகன கடன் போன்ற உத்தரவாதம் வழங்கப்பட்ட கடன்களை தவிர்க்க முடியாது.

Consumer Proposal என்றால் என்ன?

கடன்பெற்றவர், கடனின் ஒரு பகுதியைமட்டும் திரும்ப செலுத்தும் திட்டமே Consumer Proposal.

இந்த திட்டம் நிதிப் பிரச்சினையை எதிர் நோக்குகின்ற கனேடிய மக்களில், தமது கடனின் ஒரு பகுதியையாவது செலுத்தக்கூடிய தகமை உடையவர்களுக்காக உருவாக்கப்பட்ட ஒரு சட்ட பூர்வமான நடவடிக்கையாகும்.

கனேடிய அரசாங்கத்தின் அங்கீகாரம் பெற்ற வங்குரோத்து நிலை பொறுப்பாளர் ஒருவர் உங்களைச் சந்தித்து உங்களுக்கு கடன் வழங்கியவர்களுக்கு பணத்தை மீண்டும் வழங்குவதற்கான ஓர் திட்டத்தை ஏற்படுத்துவார். நீங்கள் குறிப்பிடும் திட்டம் உங்களுக்கு கடன் வழங்கியவர்களால் ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்டால் அது உத்தரவாதம் வழங்கப்படாத கடன்களை முடிவுக்கு கொண்டு வருவதற்கு வழி ஏற்படுத்தும் ஓர் சட்டபூர்வமான ஒழுங்கு முறையாக அமையும்.

கடன்தொகையின் ஒரு பகுதியை மட்டும் செலுத்தல் நடைமுறையில் செயற்படுத்தப்படக் கூடியதா?

உண்மையில் உங்களது கடன் முழுவதையும் மீண்டும் செலுத்த முடியாத நிலையில் இருந்தால் மட்டுமே நீங்கள் இந்த திட்டத்திற்கு தகுதி உடையவராக முடியும்.

கடன் பெற்றவர் முன்வைக்கும் ஆலோசனைகள் தொடர்பான சில கேள்விகள் (Some Questions about Consumer Proposals)

இது ஏன் நுகர்வோர் திட்டம் (Consumer Proposal) என்று அழைக்கப்படுகிறது?

உங்களது கடன்களின் ஒரு பகுதியை மீண்டும் கொடுப்பது சம்பந்தமாக நீங்கள் முன்வைத்த திட்டம் என்பதனால் இது இவ்வாறு அழைக்கப்படுகிறது. எனினும் இந்த திட்டம் அமல்படுத்தப்படுவதற்கு, நீங்கள் முன்வைத்த திட்டம், உங்களுக்கு கடன் வழங்கியவர்களால் அங்கீகரிக்கப்பட வேண்டும் என்பதை கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும்.

இது சட்டபூர்வமான ஒரு திட்டம் என்பதனால் இத்திட்டத்தை முன்வைப்பவரும் அவருக்கு கடன் வழங்கியவர்களும் சரிசமமான முறையில் நடத்தப்பட வேண்டும்.

எனக்கு கடன் வழங்கியவர்கள் நான் முன்வைத்த ஆலோசனைகளை ஏற்காவிடில் நான் என்ன செய்யலாம்?

நீங்கள் முன்வைத்த ஆலோசனைத் திட்டத்தை, உங்களுக்கு கடன் வழங்கியவர்களில் 25 சதவீதத்திற்கு மேற்பட்டவர்கள் ஏற்றுக்கொள்ளாவிடில், உங்களது வங்குரோத்து நிலை விண்ணப்பத்திற்கான பொறுப்பாளர், உங்களுக்கு கடன் வழங்கிய அனைவருக்குமாக ஓர் பொதுக் கூட்டத்தை ஒழுங்கு செய்து, ஓர் மாற்று திட்டத்தை உருவாக்குவதற்கு உதவுவார்.

கடன் பெற்ற ஒருவர் முன்வைக்கும் ஆலோசனைகள் (Proposals), கடன் பெற்றவர்களின் சூழ்நிலைக்கு ஏற்ப வேறுபடும். வங்குரோத்து நிலை விண்ணப்பம் தொடர்பாக உங்களது பொறுப்பாளரின் தொழில் ரீதியான அனுபவமே இவ்விடயம் தொடர்பான ஓர் நியாயமான தீர்வைப் பெறுவதற்கு உதவும்.

இவ்வகையான திட்டம், நீங்கள் உங்களது உறவினர்களை பொறுப்பு ஏற்பதில் (Sponsoring) ஏதாவது பாதிப்பை ஏற்படுத்துமா

இல்லை. இது தொடர்பாக நடைபெறும் எந்த நேர்காணலின் போது 'நீங்கள் எப்போதாவது வங்குரோத்து நிலைக்கு சென்றீர்களா" என்று உங்களிடம் கேட்கப்பட்டால் 'இல்லை' என்று நீங்கள் உறுதியாக கூறமுடியும்.

குறிப்பு:

உங்களது கடனின் ஒரு பகுதியை திரும்ப செலுத்தும், இத்திட்டத்தில் நீங்கள் இணைந்து கொண்டதன் பின்பு 6 முதல் 8 மாத காலத்தின் பின்பு, உத்தரவாதம் வழங்கிய கடன் அட்டைக்கு நீங்கள் விண்ணப்பிக்கலாம். அதன் மூலம் நீங்கள் உங்களது கடன் பெறும் தரத்தை (Credit Rating) கட்டி எழுப்ப முடியும்.

எனவே வங்குரோத்து நிலை தொடர்பான செலவுகள் ஒவ்வொருவரின் தனிப்பட்ட சூழ்நிலைக்கு ஏற்ப மாறுபடும். உங்களது சூழ்நிலையை மீளாய்வு செய்து, திருத்தியமைத்து உங்களது கடன் பெறும் தகமையை கட்டியெழுப்புவதே வங்குரோத்து நிலை பொறுப்பாளரின் செயற்பாடு.

இனிவரும் மாதங்களில், உங்கள் கேள்விகளும் எங்கள் பதில்களுமாக வரஇருப்பதால், உங்கள் கேள்விகளை 416 849 0594 என்னும் தொலைநகல் இலக்கத்திற்கோ, அல்லது *shankar.t@thaiveedu.com* என்னும் மின் அஞ்சல் முகவரிக்கோ அனுப்பிவையுங்கள்

shankar.t@thaiveedu.com

■ ■ ■

பசளிக் கீரை...

36ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

இதனால் உடலில் கிருமிகள் தாக்காமல் தடுக்கும். ரத்தத்தில் 'ஹீமோகுளோபின்' குறைந்தால் ரத்த சோகை நோய் ஏற்படும். பசளிக் கீரையில் இருக்கும் பொட்டாசியம் நரம்பு மண்டலத்தைப் பலப்படுத்துவதோடு ரத்த அழுத்தத்தைச் சீராக வைத்திருக்க உதவும். பலவிதமான சத்துக்களை இயல்பாகவே கொண்ட பசளிக் கீரை சிறுநீர்க் கோளாறுகள், சிறுநீர்க் கடுப்பு போன்ற நோய்களுக்கும் ஓர் அற்புத மருந்தாகும்.

பசளிக் கீரை பித்தம் சம்பந்தமான நோய்களை நீக்கும். வாந்தியை நிறுத்தும். தாய்ப் பாலைப் பெருக்கும். தாய்ப்பால் குறைவு என்று கவலைப்படும் தாய்மார் பசளிக் கீரையை வேகவைத்துக் கடைந்து பசுப்பால் கலந்து அருந்தினால் தாய்ப்பால் பெருகும். அல்லது பசளியுடன் பிஞ்சு முருங்கைக்காயையும் சேர்த்துச் சமைத்து உணவுடன் அடிக்கடி சாப்பிட்டு வந்தாலும் தாய்ப்பால் அதிகரிக்கும். உருளைக் கிழங்கை மசித்துப் பசளிக் கீரையுடன் சாப்பிட்டு வந்தால் உடல் உறுதி பெறும். பசளிக் கீரை குடல் புண்ணை மாற்றும். பற்களுக்கும் எலும்புகளுக்கும் உறுதியை உண்டாக்கும். சிறு பசளிக் கீரை சரும நோய்களைத் தீர்க்கும். பால்வினை நோயைத் தடுக்கும். தசைகளைப் பலமடையச் செய்யும். கொடிப் பசளிக் கீரை வெள்ளை நோயை விலக்கும். நீர்க் கடுப்பை நீக்கும். பசளியின் இளம் தளிர்களைப் பச்சையாக மென்று சாப்பிட்டால் உடலின் சூடு தணிந்து உடல் எரிச்சல், கண் எரிச்சல் போன்றவை நீங்கும். கொடிப்பசளிக் கீரையைப் துவரம் பருப்புடன் கடைந்து வெவ்வேறு கூட்டுக்கள் செய்து உட்கொண்டால் தாது விருத்தியாகி ஆண்மைப் பலத்தை அதிகப்படுத்திக் காம உணர்வைக் கூட்டும். ஆண், பெண் உறவில் அதிசயம் காட்டும். இல்லற வாழ்வின் இன்ப வீணையை மீட்டும்.

பசளிக் கீரையில் பலவிதமான சத்துக்கள் இருப்பதனால் இதனைக் கீரைகளின் ராஜா என்று அழைக்கிறார்கள். பசளி மருந்துகளில் தங்க பஸ்பத்துக்கு நிகரானது என்றும் மருத்துவர்கள் வர்ணிக்கிறார்கள். பசளிக் கீரையை முறையாக உட்கொண்டு வந்தால், சிறுநீரகக் கோளாறுகள் கிட்ட வரவே பயப்படும். பசளி இலையை நன்றாக அரைத்து கொப்புளம், கட்டி, கழலை, வீக்கம் ஆகிய வற்றின்மீது பற்றுப் போட்டால் குணமாகும்.

அனேகமாக எல்லா நாடுகளிலும் எல்லா இனத்தவர்களாலும் அவரவரின் சுவைக்கேற்ப, பழக்க வழக்கத்திற்கேற்ப ஏதோ ஒரு வகையில் பசளிக் கீரை உணவில் சேர்க்கப்படுகின்றது. அதனால் பசளி உணவு பற்றி நூற்றுக் கணக்கான சமையல் குறிப்புகள் இருக்கின்றன. எங்களைப் பொறுத்தவரையில் பொதுவாக, பசளிக் கீரையைப் பச்சையாகச் சாலட்டுடன் சேர்த்துச் சாப்பிடலாம். வெங்காயம் தக்காளி சேர்த்துக் கடையல் செய்யலாம். தேங்காய், செத்தல் மிளகாய் சேர்த்து அரைத்துக் கூட்டுச் செய்யலாம். புளி, பருப்புச் சேர்த்துக் குழம்பு வைக்கலாம். தேங்காய் அரைத்து அத்துடன் மோர் சேர்த்து மோர்க் குழம்பு வைக்கலாம்.

பசளிக் கீரையினால் கிடைக்கக்கூடிய நன்மைகள் பற்றிப் பக்கம் பக்கமாக எழுதினாலும் சில குறைபாடுகள் பற்றியும் இங்கே குறிப்பிட வேண்டியிருக்கிறது. வெந்தயக் கீரையைப் போலவே பசளிக் கீரையும் உடலுக்குக் குளிர்ச்சியைத் தர வல்லது. அதனால் பசளிக் கீரை சிலருக்குச் சளியை உண்டாக்கலாம். அடிக்கடி தும்மல் ஏற்படும். குளிர்மையான உடல்வாகு உள்ளவர்கள் பசளியைச் சமைக்கும்போது இஞ்சி, மிளகு, சீரகம், கருவேப்பிலை ஆகியவற்றைச் சேர்த்துச் சமைத்தால் மேற்படி குறைபாடுகள் நீங்கும் என்பதும், பொதுவாக வாரத்துக்கு இரண்டு தடவைகள் பசளிக் கீரையைச் சாப்பிடுவதால் பாதிப்புகள் வர வழியில்லை என்பதும் மருத்துவர்களின் கருத்து.

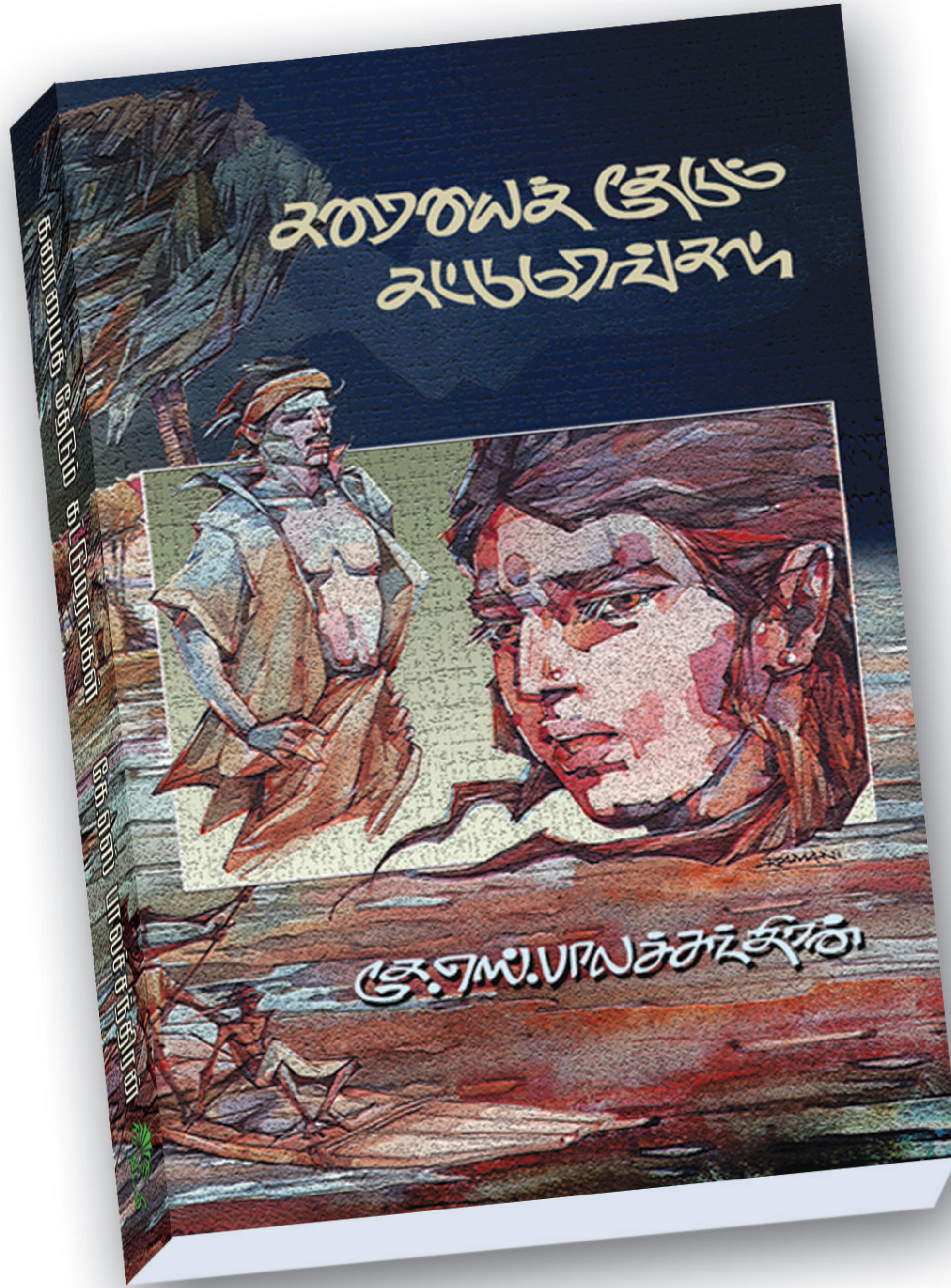
தொடரும் ...!

uthayanan@thaiveedu.com

■ ■ ■

கரையைத் தேடும் கட்டுமரங்கள்

– கே.எஸ். பாலச்சந்திரன் –



தினமும் வாழ்வுக்காக அலைகளோடு ஜீவமரணப்போராட்டம் நடத்தி மீளும் அல்லது தோற்றுப்போகும் ஒரு சமூகத்திடம் எனக்குள்ள நியாயமான மதிப்பும், இரக்கமும்தான் என்னை இந்த நாவலை எழுதத்தூண்டியிருக்கிறது.

- கே.எஸ்.பாலச்சந்திரன்

பகலும் இரவும் முத்தமிட்டுக் கொள்ளும் அந்த மாலைப்பொழுதில்...

மேற்கிலிருந்து அடித்த வாடைக் கச்சான் காற்று, கடற்கரையை பார்த்துக்கொண்டு நின்றிருந்த அந்தோனியின் பொத்தான்கள் இல்லாத சேர்ட்டை பின்னே தள்ளி நெஞ்சுக்கூட்டை குளிரினால் சில்லிட வைத்தது.

- "கரையைத்தேடும் கட்டுமரங்கள்" நாவலிலிருந்து

கலைஞர் கே.எஸ்.பாலச்சந்திரன் எழுதிய கடலோடிகளின் கதை சொல்லும் நாவல்

கரையைத்தேடும் கட்டுமரங்கள்

வெளியீட்டு விழா

Agincourt Community Centre
31, Glen Watford Drive,
Scarborough, Ontario
Midland and Sheppard (On Sheppard)

647-829-7371
basu44@gmail.com

October
03
2009
சனிக்கிழமை
மாலை 5.30

- digi Media -

வருமானத்தை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ள...

உங்கள் நலமே உங்கள் வளம். ஆயினும் எதிர்பாராமல் நலம் குன்றும்போது
வரக்கூடிய வருமான இழப்பை எதிர்கொள்ளத் தயாரா..?

நோய்வாய்ப்பட்டால்

வருமானம் $50,000.

வயது 30, மாதாந்தக் கட்டணம் $53.92
வயது 40, மாதாந்தக் கட்டணம் $79.92

சில நிபந்தனைகள் உண்டு

$ 50,000. வருமானம் உள்ள ஒருவர் நோய்வாய்ப்பட்டால் காப்புறுதி இல்லையாயின்

வருமானம் $0

The Risks for a Male age 40 before age 65	
A House Fire	1 out of 2786
An Accident	1 out of 1647
Death	1 out of 143
Disabled for 6 months	1 out of 47
Heart Attack, Stroke, Cancer	1 out of 3

நீங்கள் நலம் குன்றும்போது ஏற்படக்கூடிய வருமான இழப்பு

Disability Age	30	40
வருமானம்	$60,000	$60,000
வருமான இழப்பு (to age 65)	$5,419,218	$2,863,626

*assuming a 5% Yearly Increase

கொடிய நோய்களுக்கான காப்புறுதி

100 %

கட்டிய பணத்தை மீளப் பெற முடியும்.

பல்வேறு நிறுவனங்களிடமிருந்து குறைந்த விலையில் உங்கள் காப்புறுதியை தெரிவு செய்துகொள்ள அழையுங்கள்



• Life, Critical, Disability, Mortgage Insurance



Tel: 416•315•8100

ROYAL BROKERS
Corporation

Siva Kandiah
Managing General Agent,
RBC, IA, DFS, Assumption Life









80 Nashdene Ave., Unit B26 Toronto ON. M1V 5E4 Tel: 416•298•4722 Fax: 416•298•4664

New Agents Welcome. Join hands with Canada's #1 RBC Life Broker (2006-2007)

படுவான்கரைப் பயணம்

தொடர் 2

- குமார் புனிதவேல் -

சென்ற இதழில் பயணத்திற்கான செயல்பாடுகளை விளக்கமாக ஆராய்ந்தோம். அதில் குறிப்பிட்டபடியே ஆகஸ்ட் மாதம் 3ம் திகதி ஆரம்பித்தபோது மழை பெய்துகொண்டிருந்தது மட்டுமல்லாமல் அன்றைய தினம் முழுவதுமே மழைபெய்வதாயிருந்தது. எமது முதல் தரிப்பு காலை ஆகாரத்திற்காக சட்புரி எனும் நகரத்தின் மத்தியிலுள்ள 'டிமி' (Tim Hortors) ஆகும். இங்கு காப்பி அருந்தியபடியே இந் நகரத்தின் சிறப்புப் பற்றி கதைத்தபோது இங்கு பல கனிப்பொருட்கள் குறிப்பாக நிக்கல், தங்கம் (பெண்கள் கவனித்துக்கொள்ளுங்கள்) கிடைகின்றது. இங்கு பல கனிப்பொருள் சுரங்கங்களை சென்று பார்க்கலாம். ஆனால் மழைநாள் அதற்கு உகந்ததல்ல என்பதால் அதனைத் தவிர்த்து வேறு என்ன சிறப்பு என கவனித்தபோது அங்கு 'தேசங்களின் பாலம்' என ஒரு சிறப்புப் பாலம் இருப்பதறிந்தோம்.

தேசங்களின் பாலம் (Bridge of Nations) என்பது இந்த நகரத்தின் பிரதான வீதிகளின் ஒன்றான Paris Streetஇல் அமைந்துள்ளது. 2007ம் ஆண்டு இந்நகர மக்கள் தமது நகரத்தில் வதியும் எல்லா மக்களின் தாயகத்தை நினைகூருமுகமாக அவ்வந்நாட்டு மக்களின் தேசிய கொடியை பறக்கவிட்டு பாலத்திற்கும் Bridge of Nations எனப்பெயரிட்டார்கள்.

நவம்பர் மாதம் 2007ம் ஆண்டு இது ஆரம்பிக்கப்பட்டபோது, இப்பாலத்தில் எழுபத்திரெண்டு நாட்டுக்கொடிகள் பறக்கவிடப்பட்டன. ஆனால் தற்போது அங்கு எண்பத்திரெண்டு கொடிகளைக் காணக்கூடியதாயிருந்தது.



நாங்கள் இந்தப் பாலத்தில் இலங்கைக்கொடி பறப்பதை அவதானிக்கக் கூடியதாகவிருந்தது. இனி வரும்காலங்களில் தமிழீழம் மலரும் வேளையில் அத்தேசத்தின் கொடியும் பறக்கும் என்பதில் சந்தேகமில்லை. அப்படி ஒருநிலை ஏற்படும் வேளையில் நாம் கட்டாயம் கொடியேற்று விழாவில் பங்குகொள்வதாக உறுதி கொண்டோம்.

அன்றைய தினம் நாங்கள் இரவு தங்குவதற்கு சூ செயின் மேரி எனும் நகரத்தை தேர்ந்தெடுத்திருந்தோம். இந்த நகரத்தின் பெயர் வந்த வரலாறு மிகவும் வினோதமானது, சுவையானது. இப்பிரதேசத்தின் பூர்வீக பெயர் 'பாவிட்டிகொங்' அதாவது வேகமான நீரோடைப் பிரதேசம் - Place of the Rapido என பூர்வீக குடிமக்களான ஒஜிப்வா (Ojibwa) மக்களால் அழைக்கப்பட்டது. ஐம்பெரும் வாவிகளில் பெரிதான சுப்பீரியர் வாவி ஒன்டாரியோ வாவியுடன் சங்கமிக்கும் நீர் வழி சிறுசிறு நீர் வீழ்ச்சிகளால் ஆனது. இதனால் தான் அத்தகைய நீரோடைக்கு அண்மையில் அமைந்த நகரத்திற்கு அப்பெயர் தரப்பட்டது. இது பல்லாயிரம் ஆண்டுகள் வழங்கிவந்த பெயரானாலும் வந்து குடியேறிய மக்கள் தம் நாட்டுமொழிக்கேற்ப மாற்றிவிட்டார்கள். யாழ்ப்பாணம் 'யப்னா' என்பதுபோல! அல்லது மும்பாய் 'பொம்பே' ஆகியதுபோல!

1623ல் வந்துகுடியேறிய எடினி புருலே என்னும் பிரன்ஞ்சியர் அதற்கு (Sault de Gorton) எனும் பெயரை சூட்டினார். இது அக்காலத்து பிரஞ்சிய மன்னர் 13ம் லூயின் சகோரதரும் ஓர்லியன்ஸ் (Orleans) நகர காவலருமான Gorton என்பவரை காக்காய் பிடிப்பதற்காகவே நடந்தது. 1668ல் வந்த பிரஞ்சு கிறிஸ்த்தவ மதகுருமார்கள் அதற்கு Sault de sante maria என்று புதுப்பெயர் கொடுத்தார்கள். Sault ste Maria என்பதற்கு பாய்தல் எனப் பொருள்படும். உதாரணத்திற்கு Sanasault என்ற சொல் உங்கள் அனைவருக்கும் பரீட்சையமாயிருக்கும் என நம்புகின்றேன். எது எப்படியிருப்பினும் இன்றைய பெயர் Sault ste Maria ஆகும். அதன் உச்சரிப்பு சூசெயின்ட்மேரி. பாவம் பூர்வீககுடிகள் ஓரங்கட்டப்பட்டுவிட்டார்கள்.

இந்நகரம் பிரசித்தி அடைவதற்கு முக்கிய காரணி இந்த துள்ளல் நீர் வழிதான். ஐரோப்பாவிலுள்ளவர்களுக்கு ஏற்றுமதிகள் செய்வதற்கு ஹலிபக்ஸ் (Halifax) நகரம் மிக இன்றியமையாதது. கனடாவின் மத்திய பிரதேசத்திற்கு நீர் வழிப்பாதையாக செயின்ட் லோரன்ஸ் ஆறும் ஒன்டோரியோ வாவியுமிருந்தது. ஆனால் இன்னும் உள்ளே செல்வதானால் (சுப்பீரியர் வாவிப் பிரதேசத்திற்கு) இந்த நீர்வழிப் பாதையைத்தான் பாவிக்க வேண்டியிருந்தது. எனினும் சிறுசிறு நீர் வீழ்ச்சிகளுடன் இருந்தமையால் இதை கப்பல் போக்குவரத்திற்கு பாவிக்கமுடியவில்லை.



1895ம் ஆண்டில் இங்கு ஒரு கால்வாய் அடைப்புப்பாதை அமைக்கப்பட்டது. இக் கால்வாய் அமைக்கப்பட்டவேளை இதுவே உலகின் மிகப்பெரிய கால்வாயாக இருந்ததுமல்லாமல் உலகிலேயே முதன்முதல் மின்சக்தியால் இயங்கும் அடைப்புக் கால்வாயாக இருந்தது. இக்கால்வாய் ஒரு மைல் நீளமுடைதாகவும் 59அடி அகலமுள்ளதாகவும் அடைப்பு மூடும்வேளை 14 அடி ஆழமுள்ளதாகவும் அமைந்திருந்தது. இக்கால்வாயில் 899 அடி தூரத்திற்கு கால்வாயடைப்புப் பாதையாக அமைந்திருந்தது.

1987ம் ஆண்டு ஏற்பட்ட பாரிய பனி அனர்த் தத்தால் இவ்வாய்க்கால் பெரிதும் பழுதுபட்டது. பதினொரு வருடங்களுக்குப்பின் 1998ம் ஆண்டு இவ்வாய்க்கால் பழுதுபார்க்கப்பட்டு போக்குவரத்திற்காக திறக்கப்பட்டது. எனினும் இவ்வாய்க்கால் பெரிதும் பொழுதுபோக்குக் கப்பல்கள் செல்வதற்கே பாவிக்கப்படுகிறது. காரணம் தெற்கில் அமெரிக்க கரையில் பெரிய நல்ல வாய்க்கால் அமைக்கப்பட்டுள்ளது.

அமெரிக்க வாய்க்கால் அமைக்குமுன் இதுவே பிரதான நீர்ப்போக்குவரத்துப் பாதையாக இருந்தமையால் 1941ம் ஆண்டு யப்பான் Pearl Harbourஇனை குண்டுமழை பொழிந்து அழித்தவேளை, இந்த நீர் போக்குவரத்துப் பாதை தடைப்பட்டால் அரைப்பங்கு கனடாவில் இருந்துவரும் பொருட்களும் அரைப்பங்கு அமெரிக்காவிலிருந்து வரும் பொருட்களும் தடைப்படுமாகையால் இருநாடுகளும் சேர்ந்து ஒரு இராணுவ, வான்படைத் தளத்தை இங்கு நிறுவினார்கள் எனின், இந்த அடைப்புக் கால்வாயின் முக்கியத்துவத்தை உணரலாம்.

அடுத்தபடியாக, இந்தநகரத்தில் பார்த்து, இரசிக்கக்கூடிய விடயம் யாதெனில், இங்கு உள்ள புதர் விமான காட்சிச்சாலை (Bush Plane museum) Bushplane என்பது சிறு விமானங்கள். பரந்துபட்ட கனடா பிரதேசத்தில் வருடாவருடம் பெரும் தீ அனர்த்தம் ஏற்படுவதை அறிந்திருப்பீர்கள். இவற்றை அணைப்பதற்கு தண்ணீர்குண்டு வீச்சுவதற்கு (Water Bombs) இவ்விமானங்கள் பயன் படுத்தப்பட்டதுடன் நாட்டின் பல பாகங்கள் பனிக்காலத்தில் செல்ல முடியாதருப்பதனால் அவசரத் தேவைகளுக்கு இச்சிறு விமானங்கள் நீர் நிலைகளிலும் சிறு வெளிகளிலும் இறங்கக்கூடியதாக அமைந்துள்ளது.

கனடாவில் தயாரித்து பறந்த முதல் விமானம் சில்வர் டாட் (Sivae dart) என அழைக்கப்படும். இது கனேடிய வான் வெளியில் முதன்முதல் 1909ம் ஆண்டு மாசிமாதம் 23ம் திகதி பறந்தது. இது Alexander Graham Bell எனும் விஞ்ஞானியின் அனுசரனையுடன் Baldwin, NcCurdy எனும் இரு பொறியியலாளர்கள் கூட்டுத்தயாரிப்பால் உருவானது. இன்று கனடிய விமானங்கள் உலகப்பிரசித்தி பெற்றவை. அவையாவற்றிக்கும் முன்மாதிரியாக இருந்த சில்வர் டாட்டின் மாதிரி விமானம் காட்சிக்கு வைக்கப்பட்டிருந்தது. இதுபோல் இன்னும் பல விமானங்கள் இங்கு காணப்பட்டன. அவை யாவற்றையும் எழுதுவதானால் இக்கட்டுரை நீண்டுகொண்டே போகும். பதத்திற்கு ஒரு சோறு தந்துள்ளேன். மற்றவை நீங்கள் செல்கையில் பார்க்கலாம் தானே?.

அடுத்த இதழில் தண்டர்பேயில் கண்டவற்றையும் கேட்டவற்றையும் தருகின்றேன்.

kumarpunithavel@thaiveedu.com



காதல் வாழ்க்கை - 9

மாசறு பொன்னே! வலம்புரி முத்தே!


வி. கந்தவனம்

புகார் நகரம் உலகம் புகழும் உன்னதமான ஓர் அனைத்துலகத் துறைமுகம். புதுப்புது நாடுகள் எல்லாம் ஒன்றுகூடி வந்தாற்போன்று பல நாட்டுப் பண்டங்கள் பலவற்றைக் கொண்டு பொலிந்து விளங்கியது அது. அதன் செல்வச் சிறப்புக்குக் காரணமானவர் வணிகர். வணிகச் செல்வர் குலமரபிற் குறைவு படாத பண்புடையவராகத் திகழ்ந்தனர். அத் தகைய செல்வச் சிறப்பும் பண்புச் சிறப்பும் உள்ள குலத்திலே தோன்றியவர்தாம் துருவ நட்சத்திரம் போன்ற கண்ணகியும் அவளது காதற் கணவன் கோவலனும்.

அவர்கள் இருவரும் தமது ஏழடுக்கு மாளி-கையின் நான்காவது மாடியில் அழகிய வேலைப்பாடுகளோடு கூடிய மணிக்கால்க-ளைக் கொண்ட கட்டிலிலே மகிழ்ந்திருந்தனர். அவ்வேளை பலவகை மலர்களையும் தேடி, மகரந்தங்களை உண்டு மயங்கிய வண்டுக-ளுடன் இனிய தென்றல் சாரளத்தின் ஊடாக வந்து அவர்களைத் தழுவியது. தென்றல் அவர்களைக் வயப்பட்டச் செய்தது. அங்கி-ருந்து அவர்கள் தமது மாளிகையின் நிலா முற்றத்துக்கு ஏறிச் சென்றனர். முற்றத்துக் கட்டிலின்மீது இருவரும் ஒன்றாக இருந்த காட்சி ஞாயிறும் திங்களும் ஒருங்கே கூடி-யிருந்ததைப் போலக் காணப்பட்டது.

ஒருவரையொருவர் தழுவினர். அவன் மார்பை அணிசெய்த தாரும் அவள் மார்பிலே விளங்-கிய மாலையும் தம்முள் கலந்து மயங்கின. தழுவிய கைகளைச் சற்றே விலக்கி ஆராத காதலுடன் தன் மனைவியின் மதி முகத்தி-னைக் கோவலன் நோக்கினான். அவளது அழகிலிருந்து ஊற்றெடுக்கத் தொடங்கியது அவனது அன்புத் தமிழ்.

'சிவபெருமானின் சடையிலிருக்கும் அழகிய பிறைத் திங்களை உன் நெற்றியில் காண்-கிறேன். உருவமில்லாத காமனின் ஒப்பற்ற கரும்பு வில்லினை உன் கரிய இரு புருவங் களில் காண்கிறேன். இந்திரன் தனது வச்சி-ரப்படையை உனது இடையாகுமாறு செய்-தானா, என்ன? முருகப்பெருமான் என்னுடன் போர் செய்வதற்கு எவ்வித காரணமும் இல்லை ஆனால், அவன் தன் வேலினை உனக்குக் கண்களாகத் தந்து என்னுடன் போர் செய்ய வைத்தது ஏன்?

'நீல மயில் உன் சாயலுக்குத் தோற்றுக் கானகம் சென்றுவிட்டதையும் அன்னம் உனது மென்னடையைக் கண்டு நாணித் தாமரைத் தடாகத்தில் ஒளிந்துகொண்டதையும் நீ அறிவாயா?. மாதரசியே, சிறிய பசுங் கிளி உன்னைவிட்டு அகலாது இருப்பதன் காரணம் யாது தெரியுமா? உனது இனிமையான பேச்சினை கேட்டுத் தானும் உன்னைப் போலப் பேசிப் பழக வேண்டும் என்பதற்கா-



கவே உன் மலர்க் கையைவிட்டுப் பிரியாது உன் வாயிதழ்களைப் பார்த்த வண்ணம் இருக்கின்றது.

'நறுமலர்க் கோதையே, உனது அழகைப் போற்றும் உனது ஏவல் மகளிர், குறை வில்லாத கொள்ளை அழகு இயற்கையாகவே உனக்கு இருக்கவும், ஏராளமான அணி-கலன்கள் வேறு அணிந்துள்ளனரே! எதற்காக? அடர்த்தியான உனது கூந்தலில் ஒருசில மலர்களை வைத்தாற் போதாதா? இதழ் விரிந்த மாலைகளையும் சூட்டியிருக்கின்-றனரே! அவர்களுக்கு என்னதான் ஆயிற்று? அதிற் புகை வாசனையைக் கூந்தலுக்கு ஊட்டுதல் நல்லதுதான். ஆனால், கத்தூரிச் சாந்தையும் தடவியுள்ளனரே. ஏன்? அழகிய உனது முலைத் தடங்களின் மீது சந்தனக் கோலம் போட்டதோடு நின்று விடாது, ஒற்-றைவட முத்து மாலையையும் அல்லவோ அணிந்துள்ளனர்! உனது மதி முகத்தில் முத்து முத்தாக வியர்வைத் துளிகள் அரும் பவும் உனது சிறிய இடை ஒடிந்துவிடுவது போல வருந்தவும் இவ்விதம் எல்லாம் ஏன் செய்தார்கள்? அவர்களுக்கு நேர்ந்ததுதான் என்ன?

'மாசறு பொன்னே வலம்புரி முத்தே
காசறு விரையே கரும்பே தேனே
அரும்பெறற் பாவாய் ஆருயிர் மருந்தே
பெருங்குடி வணிகன் பெருமட மகளே
மலையிடைப் பிறவா மணியே என்கோ
அலையிடைப் பிறவா அமிழ்தே என்கோ
யாழிடைப் பிறவா இசையே என்கோ
தாழ் இருங் கூந்தல் தையால் நின்னை!'

என்றெல்லாம் மலர்மாலையை அணிந்த கோவலன் அளவில்லாத கட்டுரைகள் பல வற்றால் தனது மனைவியின் அழகைப் பாராட்டி, அவளோடு கூடி இன்ப வெள்ளத்-தில் திளைத்தான்.

கண்ணகி அறநெறியாளரைப் பேணுவதிலும் விருந்து ஓம்புவதிலும் வல்லவள். அவள் தனது கணவனோடு இல்லறம் நடத்திப் பலவகைச் செல்வங்களுடன் சிறப்புற்று வாழ்வதைக் காண விரும்பினாள் பண்பு மிக்கக் கோவ-லனின் தாயார். அவர்கள் சகல வசதிகளு-டனும் தனிக்குடும்பம் நடத்துவதற்கு வேண்டிய ஏற்பாடுகளை எல்லாம் செய்தாள். தம்பதி-களும் அவ்விதமே தனிமனை புகுந்து இல்லற வாழ்வில் ஈடுபட்டனர்.

கண்ணகி - கோவலன் இன்ப வாழ்க்கையை இளங்கோவடிகள் இவ்விதம் தொகுத்துக் கூறுகின்றார்:

தூமப் பணிகள்ஒன்றித் தோய்ந்தா லென
ஒருவார்
காமர் மனைவியெனக் கைகலந்து - நாமம்
தொலையாத இன்பமெலாம் துன்னினார்
மணமேல்
நிலையாமை கண்டவர்போல் நின்று.

வாழ்க்கை நிலையாமையை உணர்ந்தவர்கள் போல், கோவலனும் கண்ணகியும் பாம்புகள் ஒன்றையொன்று பிணைந்து இன்பம் துய்ப்பது போலவும் காமனும் இரதியும் ஒருவரை-யொருவர் தழுவிக் கலப்பதுபோலவும் கூடி மகிழ்ந்து வாழ்க்கையின் இன்பங்கள் யாவற்-றையும் இடையறாது அனுபவித்து வாழ்ந்து வந்தனர்.

kandavanam.v@thaiveedu.com



பக்கத்து வீட்டுக் கிணறு


அ.முத்துலிங்கம்
muththu@thaiveedu.com

சமீபத்தில் ஒரு கட்டுரை படித்தேன். கனடாவின் பிரபல எழுத்தாளர் மார்கிரட் அட்வூட் எழுதியது. மார்கிரட்டின் தாயார் 94 வயதில் இறந்துபோனபோது அவரைப் பற்றிய தன் நினைவுக் குறிப்புகளை எழுதினார். அவருடைய ஆக முந்திய நினைவு அவர் சிறுமியாக இருந்தபோது காட்டோரத்தில் இருந்த வீட்டிலே நிகழ்ந்தது. அவருடைய தாயார் தும்புக்கட்டையை எடுத்துக்கொண்டு வெளியே போய் வீட்டுக்கு வரும் கரடிகளை விரட்டுவார். பனிப்புயல் அடிக்கும் சமயங்களில் தலையை முன்னுக்கு தள்ளிக்கொண்டு புயலுக்குள் நுழைவார். ஒருநாள் மகளிடம் முறைப்பாடு செய்தார், 'என்னால் முந்தியபோல கூரையில் ஏறி பீலியில் சேர்ந்திருக்கும் இலைகளை அகற்றமுடியவில்லை.' 'என்ன, கூரையில் ஏறினீர்களா? எப்போது?' என்றார் மார்கிரட். நேற்றுத்தான் என்றார் தாயார். அவருக்கு அப்போது வயது 84.

இதைப் படித்தபோது என்னுடைய அம்மாவின் ஞாபகம் வந்தது. அம்மா 84 வயதை எட்டவில்லை அதில் பாதி வயதுகூட அவர் உயிர் வாழவில்லை. ஆனால் மார்கிரட்டின் தாயார் போல அம்மாவிடம் நிறைய துணிச்சல் இருந்தது. பயம் என்பதே அவர் அறியாத ஒன்று. மணமுடித்து வரும்போது அவருக்கு சின்ன வயதுதான். ஐயாவுக்கும் அவருக்குமிடையில் நிறைய வயது வித்தியாசம். அம்மா அதைப் பொருட்படுத்தியது கிடையாது என்றே நினைக்கிறேன். சேலையை இழுத்துப் பின்னால் கொய்யகமாகச் செருகிவிட்டு நாடியை நிமிர்த்தி அவர் நின்றால் நேரே பார்ப்பவர்களுக்கு சிறிது அச்ச உணர்வு ஏற்படும்.

எங்கள் வீட்டைச் சுற்றியுள்ள வீடுகளில் எல்லாம் பொயிலைக் குடில் இருக்கும். பொயிலையை உணத்தும் மாதங்களில் எங்கள் ஊரை பொயிலை மணமும் புகை மணமும் சூழ்ந்திருக்கும். குடில்களில் இரவிரவாக வேலை செய்துவிட்டு நடுச்சாமத்திற்கு பிறகே ஊரில் படுக்கப் போவார்கள். அப்படியான ஒரு நாள் திருடன் எங்கள் வீட்டுக்குள் நுழைந்துவிட்டான். சத்தம் கேட்டு நாங்கள் எழும்பியதும் திருடன் பொயிலைக் குடிலுக்குள் போய் ஒளிந்துகொண்டான். அம்மா கொடுவா கத்தியை எடுத்துக்கொண்டு தனிய அவனைச் சந்திக்க குடிலுக்குள் நுழைந்தார். திருடன் எப்படியோ அம்மாவைத் தள்ளிவிட்டு தப்பி ஓடிவிட்டான். பின்னர் நான் அம்மாவிடம் பயமில்லையா என்று கேட்ட கேள்விக்கு அம்மா சொன்ன பதில் இன்றுவரைக்கும் ஞாபகத்தில் இருக்கிறது. 'குற்றம் செய்தவன் எவ்வளவு பெரிய ஆம்பிளையாய் இருந்தாலும் உள்ளுக்குள் பயந்தபடியே இருப்பான். அவனை வெல்லுறது ஒன்றும் பெரிய காரியமில்லை.'

மணமான நாளிலிருந்து அம்மாவுக்கு ஒரேயொரு பிரச்சினை இருந்தது. கிணறு. அவர் கொஞ்சம் வசதியான குடும்பத்தில் இருந்து வந்தவர். அவர்கள் வீட்டில் சொந்தக் கிணறு இருந்தது ஆனால் எங்கள் வீட்டில் இருந்தது பங்குக் கிணறு. எங்களுக்கும் பக்கத்து வீட்டுக்கும் இடையில் இருந்த வேலிக்கு நடுவில் பொதுவாக ஒரு கிணறு. அதில் சரி பாதி அவர்களுக்கு, மீதிப் பாதி எங்களுக்கு. இந்த ஏற்பாடு அம்மாவுக்கு பிடிக்காத ஒன்று. எங்கள் வீட்டைச் சுற்றி பெரிய வளவு இருந்தது. மணமாகி வந்த முதல் நாளே 'எங்களுக்கு என்று தனியாக ஒரு கிணறு வெட்ட முடியாதா? இவ்வளவு பெரிய வளவு இருக்குதே' என்று கேட்டிருக்கிறார். அதற்கு ஐயா 'ஒரு வீட்டுக்கு எதற்கு இரண்டு கிணறு' என்று சுருக்கமாக பதில் சொல்லிவிட்டார்.

நான் சிறுவனாய் இருந்தபோது படித்த புத்தகங்களில் எல்லாம் ஆற்று வருணனை வரும். யாழ்ப்பாணத்தில் ஆறே கிடையாது. எல்லா வீடுகளிலும் கிணறுதான். யாழ்ப்பாணத்தில் பிறந்து வளர்ந்த பலர் தங்கள் சீவிய காலத்தில் ஆறே பார்க்காமல் இறந்திருக்கிறார்கள். நான் முதன்முதல் ஓர் ஆற்றைப் பார்த்தது என்னுடைய 17வது வயதில்தான்.

பழைய காவியங்களில் எல்லாம் ஆற்று வர்ணனை நிறைய இடம் பெறும். ஒரு கவி ஆற்றைக் கண்டால் நகரமாட்டார் வர்ணித்து தீர்த்துவிட்டுத்தான் அந்தப் பக்கம் போவார். சிலப்பதிகாரத்தில் 'வாழி காவேரி, வாழி காவேரி' என்று எத்தனை இடத்தில் வருகிறது. கம்பராமாயணத்தில் முதல் படலமே ஆற்றுப் படலம். கம்பர் சரயு நதியை ஆசை தீருமட்டும் வர்ணிக்கிறார். அதற்குப் பிறகு கோசல நாட்டைப் பாடி, அயோத்தியை பாடி அதற்கு பின்னர்தான் தசரதனிடம் வருகிறார்.

ஓர் ஆற்றைப் பார்ப்பதற்கு முன்னரே நான் க.நா.சுப்ரமணியம் எழுதிய 'பொய்த்தேவு' நாவலைப் படித்திருக்கிறேன். நாவலின் ஓர் அத்தியாயம் முழுக்க காவேரி ஆற்றையும், அதன் கரையையும் ஆசிரியர் வர்ணித்துக் கொண்டே போவார். பின்னர்தான் எனக்கு இவை எல்லாம் விளங்க ஆரம்பித்தன. ஓர் ஊருக்கு உயிர் கொடுப்பது ஆறு. ஊரிலே இருக்கும் வீடுகளுக்கு ஆறு பொதுவானது, ஆகவே முக்கியமானது. எங்கள் ஊரிலே ஒவ்வொரு வீட்டிலும் கிணறு இருந்தது. ஆகவே அது இன்னும் கூடிய முக்கியத்துவம் பெறுகிறது. ஆனால் ஒரு யாழ்ப்பாணத்து புலவரும் ஆற்றுப் படலம் போல கிணற்றுப் படலம் பாடியபின் நாவலை தொடங்கவில்லை.


ஓவியம்: கருணா

என்னுடைய தங்கை ஒரு கதை சொல்லுவாள். இந்திய ராணுவம் யாழ்ப்பாணத்தை, 1987ம் ஆண்டிலிருந்து மூன்று வருடம் பிடித்து வைத்திருந்தபோது அவள் அங்கே இருந்தாள். அடிக்கடி வீட்டை சோதனைபோட ராணுவம் வரும். அவள் புது வீடு கட்டி அதில் வசித்து வந்தாள். யாழ்ப்பாணத்தில் வீடு கட்டும்போது, ஒரு கூரை வைப்பது போல, யன்னல் வைப்பதுபோல, மதில் கட்டுவதுபோல வீட்டுக்காக கிணறு ஒன்றும் வெட்டுவார்கள். கிணறு இல்லாத வீட்டில் தண்ணீர் இல்லை தண்ணீர் இல்லாத வீட்டில் ஒருவரும் வாழமுடியாது. சோதனைக்கு வரும் பட்டாளத்துக்காரர்களுக்கு இது தீர்க்கமுடியாத ஆச்சரியம். அவர்கள் எங்கேயிருந்து வருகிறார்களோ அங்கே செல்வந்தர்கள் வீட்டிலேதான் கிணறு இருக்கும். 'ஒவ்வொரு வீட்டிலும் கிணறு இருக்கிறது. நீங்கள் பணக்காரர்கள். உங்களுக்கு என்ன பிரச்சினை' என்று சொல்லிவிட்டு போகும்போது தாங்கள் சொன்னதை நினைவில் வைத்திருக்கும் வகையில் ஓர் அடியும் போட்டுவிட்டு போவார்கள்.

கிணற்றுப் படலம் நாவலுக்கு எவ்வளவு முக்கியமானதோ அவ்வளவு அம்மாவுக்கு கிணறும் முக்கியம். மரமேறுவது, மாவிடிப்பது, தலை முழுகுவது இவற்றையெல்லாம் அம்மா அனுபவித்துச் செய்வார். அவருக்கு நிறைய நேரம் குளிக்கவேண்டும். தண்ணீரை அள்ளி அள்ளி தலையிலே ஊற்றிக்கொண்டே நிற்பார். நான் ஒரு விரலைப் பிடித்து நடக்கும் வயதிலே அம்மா எப்போது குளித்துவிட்டு வருவார் என்று காத்தபடி வெகுநேரம் துணி தோய்க்கும் கல்லில் குந்தியிருப்பேன்.

பக்கத்து வீட்டில் நிறைய ஆம்பிளைகள் இருந்தார்கள். அவர்கள் கிணற்றடியில் நிற்கும் நேரங்களில் அம்மா குளிக்க முடியாது. ஆகவே அம்மா அதிகாலை நாலு, ஐந்து மணிக்கு போய் நின்று குளிப்பார். மறுபடியும் இரவு ஆறு, ஏழு மணிக்கு பொழுது மைமலாகும்போது குளிப்பார். மற்ற நேரங்களில் எங்களை இழுத்துப்போய் எந்த நேரம் வேண்டுமென்றாலும் தண்ணீர் அள்ளி ஊற்றி குளிக்க வார்ப்பார். ஆனால் அவர் அப்படி குளிக்க முடியாது. ஏதாவது செத்த வீட்டுக்கு போய்விட்டு அம்மா வந்தால் வீட்டுக்கு உள்ளே வரமுடியாமல் வெளியே குந்தியபடி மணிக்கணக்காக இருப்பார். சாயந்திரமாகி வெளிச்சம் மங்கியவுடன் தலை முழுகிவிட்டு உள்ளே வருவார்.

எங்கள் வீட்டு வளவில் பலவிதமான மரங்கள் இருந்தன. நீங்கள் என்ன தேடுகிறீர்களோ அது கிடைக்கும். தென்னை, பனை, பலா, மா, புளி, முருங்கை என்று ஊரிப்பட்ட மரங்கள். வீட்டு தேவைக்கான வரும்படியை வைத்துக்கொண்டு அம்மா மீதியை விற்றுவிடுவார். ஐயா இதில் தலையிடுவதே இல்லை.

அம்மா சேர்த்த காசு பெரும்பாலும் குடும்பச் செலவுக்கே பயன்படும். சில வேளைகளில் ஐயா அம்மாவிடம் கடன் கேட்பார். அது அபூர்வமான ஒரு தருணம். இரண்டு வெளிநாட்டு பறவைகள் நடனம் ஆடுவதுபோல அந்தக் காட்சி இருக்கும். 'ஒரு இருபது ரூபா கடன் தாரும்' இது ஐயா. அம்மாவின் முகம் பூரித்துவிடும். 'என்னட்டை ஏது இருபது ரூபா' இது அம்மா. ஐயா சரி என்று போய் விடுவார். சிறிது நேரம் கழித்து அம்மா முகத்தை தூக்கிக்கொண்டு ஐயாவிடம் போவார். 'எவ்வளவு கேட்டனீங்கள்?' ஒரு நிமிடத்துக்கு முன்னர் ஐயா கேட்ட தொகையை மறந்துவிட்டாராம். 'எனக்கு அவசரம் இல்லை, வேண்டாம்' என்பார் ஐயா. அம்மா சரி என்று சொல்லி தன் பின்பக்கத்தை காட்டி நடந்துபோவார். அந்த நடை வித்தியாசமாக இருக்கும். மறுபடியும் ஐயா 'நான் வெளியில போறன்' என்பார். இப்படியாக நடனம் தொடரும். அம்மா சந்தணப் பெட்டியை திறந்து இருபது ரூபா எண்ணிக் கொடுப்பார். கடன் என்பதை மூன்றுமுறை ஞாபகப் படுத்துவார். நான் அப்படி பலமுறை ஐயா கடன் கேட்பதையும் அம்மா கொடுப்பதையும் கண்டிருக்கிறேன். ஆனால் ஒரு தடவைகூட வாங்கிய கடனை திருப்பி ஐயா கொடுத்ததை நான் பார்க்கவில்லை.

ஒரு நாள் அக்கா பெரியபிள்ளையானாள். அன்றிலிருந்து வீட்டு சட்டதிட்டங்களில் சில மாற்றங்கள் உண்டாகின. அக்கா பள்ளிக்கூடம் போவதை நிறுத்தினார்கள். பகல் நேரத்தில் அக்கா கிணற்றடியில் குளிப்பதும் தசைசெய்யப்பட்டது. அக்காவும் அம்மாவுடன் சேர்ந்து குளிக்க வேண்டும் என்ற நியதி உண்டானது. அதிகாலையில் அம்மா அக்காவை உருட்டி உருட்டி எழுப்புவார். அக்காவுக்கோ நித்திரை கலக்கம். 'என்னை விடு அம்மா, கும்புடுறன்' என்று கெஞ்சுவாள். நாங்கள் மற்றப் பக்கம் திரும்பி மீதி நித்திரையை தொடருவோம்.

இன்னொரு முறை அம்மா அப்பாவிடம் பேசினார். 'இவ்வளவு பெரிய காணி இருக்கு. தங்கச்சியும் பெரிய பிள்ளையாகிவிட்டாள். நாங்கள் ஒரு கிணறு வெட்டுவம். இந்த பங்குக் கிணறு சரிப்பட்டு வராது.' ஐயா காதில் போட்டுக்கொள்ளவே இல்லை. ஒரு காணிக்கு என்னத்துக்கு இரண்டு கிணறு என்பதே அவரது வாதம். அந்த தர்க்கமும் அசைக்க முடியாததாகத்தான் இருந்தது.

ஒரு நாள் பின்னேரம் அம்மா படலையடியில் வந்து நிற்பதும், உள்ளே போவதுமாக அந்தரப்பட்டுக்கொண்டு இருந்தார். அவர் யாரையோ எதிர்பார்த்து நிற்பது தெரிந்தது. எங்கள் ஒழுங்கையில் மூன்று வீடு தள்ளி ஒரு காணியில் கிணறு தோண்டிக் கொண்டிருந்தார்கள். சீக்கிரமே பாறை கண்டுவிட்டதால் வெடி வைத்து தகர்ப்பது ஊர் முழுக்க கேட்கும். வேலை முடிந்து கிணறு வெட்டிகள் கடப்பாரை, பிக்கான், கூடை, கயிறு என்று சுமந்தபடி போய்க்கொண்டிருந்தார்கள். அவர்கள் உடம்பு முழுக்க வெள்ளைக் களிமண் பூசி பார்க்க வேடிக்கையாக இருந்தது. அம்மா அவர்களை மறித்து ஏதேதோ கேள்விகள் கேட்டார். அதிலே ஒன்று கிணறு வெட்ட எவ்வளவு செலவாகும் என்பது. 'அது ஆழத்தை பொறுத்தது. சில சீக்கிரத்தில் தண்ணி கண்டு விடும், சில இழுத்தடிக்கும். இந்தக் கிணறு வெட்ட ஒப்பந்தம் நாலாயிரம் ரூபாய்' என்றான் ஒருவன். அம்மா சரி என்று உள்ளே போய்விட்டார்.

இன்னொரு முக்கியச் சம்பவமும் இந்தச் சமயத்தில் நடந்தது. என்னுடைய மாமா ஒருத்தர், அம்மாவின் அண்ணர், சிங்கப்பூரில் இருந்து வந்திருந்தார். உலகப் போருக்கு

59ம் பக்கம் பார்க்க...

Mortgage Mortgage Mortgage

மோட்கேஜ்யை
புதுப்பிக்க வேணும்
உள்ள கடன்களையும் சேர்த்து
செய்தால் நல்லது.

நல்ல றேட்டாகவும் வேணும்.
ஒரே குழப்பமாக இருக்கு!!

வருடத்தைக் கொஞ்சம்
கூட்டி மோட்கேஜ்
கட்டுக்காசைக்
குறைக்க வேணும்.
பெனால்டி கூட வருமோ
என்று பயமாக இருக்கு!!

வீட்டை மாற்றி எழுதவேணும்.
ஒருவருடைய பெயரை எடுத்து
விட்டு, மற்றைய நபரின்
பெயரைச் சேர்க்கவேண்டும்.
அதற்கு நல்ல
அட்வைஸ் தேவை!!







CONSOLIDATE ALL YOUR CREDIT CARDS
& OTHER HIGH INTEREST DEBTS!

LOWER YOUR MORTGAGE PAYMENTS!

CALL NOW:
(416) 716-8707

தயா PK கந்தையா BAS, ABR®
Principal Mortgage Broker
FSCO LIC# M08001083



CENTUM™ Rapid Mortgages Inc.
FSCO LIC #10158

- WWW.CENTUMRAPID.COM -







Canada Trust







HOME TRUST



STREET CAPITAL

211-80 NASHDENE RD • TORONTO, ON • M1V 5E4 • BUS: 416-644-3555 • FAX: 866-696-3893

Interest rates are subject to change without notice. Rates based on individual credit worthiness and income. Some other conditions may apply, call for details

கடலில் தொலைந்த ஒருநாள்



கலாபன் கதை 3

அதுவரை இல்லாதவாறு அவன் கடலோடியாக மாறிய காலத்திலிருந்துதான் அவனுக்கும், அவனது மனைவிக்குமிடையிலான மனஸ்தாபங்கள் உருவாகியிருந்தன என்பதை அப்போதெல்லாம் அவன் அதிகமாக உணரத் துவங்கியிருந்தான். எந்தக் கடலோடித் தொழிலினால் அந்த முரண்கள் உருவாகினவோ, அதன்மூலமாகவே அவற்றினை நீக்குவதற்கு அவன் தன்னை ஒரு திடசங்கற்பத்துள் ஆட்படுத்திக்கொண்டான். அவள் எதிரே இருந்தபோது தன்னுள் எழுந்திருந்த தாபம், அவளில்லாத அப்பொழுதில் ஒரு சுரமாகத் தன்னைத் தேய்க்க ஆரம்பித்திருப்பதையும் அவனால் நினைக்க முடிந்திருந்த கணங்கள் அவை.

காணாதபோது தலைவனின் குறைகளையும், கண்டபோது அவனின் பிரியத்தையும்மட்டுமே தரிசித்ததாக திருக்குறளில் ஒரு தலைவி கூறுவதை எங்கோ படித்திருந்த ஞாபகம் அவ்வப்போது நினைவில்வந்து சலனம் விளைத்துக்கொண்டிருந்தது. அது தலைவனுக்கும்கூட பொருந்துவதுதான் என ஒரு சிரிப்போடு, சிகரெட்டின் புகை சூழ்ந்த தன் கபினுக்குள் வேலை முடிந்து சிறிது போதையோடு இருக்கும் தருணங்களில் அவன் நினைப்பது அடிக்கடி நிகழ்ந்தது. அவளுக்காகவும், தன் குழந்தைக்காகவும் இனி தான் அதிகமாக வாழவேண்டுமென்று அவன் தீர்மானித்துக்கொண்டான்.

ஒரு முன்னிராப்போதில் கப்பல் அமெரிக்காவின் கல்வெஸ்ரன் துறைமுகத்தை அணுகி நங்கூரமிட்டது. எட்டு - பன்னிரண்டு மணிநேர என்ஜின் றூம் கடமையிலிருந்த கலாபன், கப்பல் நங்கூரமிட்டு அது நிறுத்தப்படுவதற்கான ஆரவாரங்களெல்லாம் முடிய பத்து மணிபோல் மேலே வந்தான். சியாட்டில், லொஸ் ஏஞ்சலெஸ், சான்பிரான்சிஸ்கோ, நியூவார்க் என்று பிரபலமான அமெரிக்கத் துறைமுகங்கள்பற்றிக் கேள்விப்பட்டிருந்தவன், கல்வெஸ்ரன் என்ற ஓர் அநாமதேயத் துறை முகத்தை அடைவதில் பெரிய பரபரப்பைக் கொண்டிருக்கவில்லையென்றாலும், அதுவே அவனது முதல் அமெரிக்கத் தரிசனம் என்ற வகையில் இயல்பான ஓர் ஆர்வம் அவனை அவ்வாறு மேலேவரச் செய்திருந்தது. மெயின் என்ஜின் நிறுத்தப்பட்டுவிட்டதால் இனி மின்சாரம் வழங்குவதற்கான ஜெனரேட்டர்கள் மட்டுமே இயங்கிக்கொண்டிருக்கும். கலாபனுக்கு பெரிய வேலை அந்த நேரத்தில் இல்லை. இனி பதினொன்றரை போல இறங்கி, எண்ணெய் விட்டு, நீர் மற்றும் எண்ணெய் ஆகியனவற்றின் வெப்பம், அழுத்தம் முதலியவற்றை அறிக்கையேட்டில் பதிந்துவிட்டு வந்தால் போதும்.

பின்புறத் தளத்துக்கு வந்தவன் வீசிய குளிர் காற்றில் உடல் சில்லிட சுத்தமான காற்றின் சுவாசிப்பில் சுகித்து சிறிதுநேரம் நின்றுவிட்டு கரைநோக்கிய திசையில் பார்வையை எறிந்தான். துறைமுகம் இன்னும் தூரத்திலேயே இருந்தது. வரிசையான விளக்கு வெளிச்சங்கள். அதன் சமாந்திரத்தில் இன்னுமொரு வெளிச்சப் புள்ளி வரிசை. அது அசைந்து கொண்டிருந்தது. பெருவீதியொன்றின் வாகனப் போக்குவரத்துத்தான் அது என்பதை அனுமானிக்க கலாபனுக்கு அதிகநேரம் பிடிக்கவில்லை. அவ்வெளிச்ச வரிசைகளிடையில் தெரிந்த சிகப்பு நீல மஞ்சள் நிற ஒளிப்புள்ளிகள் மனத்தை கிளுகிளுப்படையச் செய்தன. அவை மது, மாது, நடனங்களின் குறியீடுகள். கடலோடிகளுக்கு மட்டுமாவது. ஆயினும் இனி மனக்கட்டுப்பாட்டோடு இருக்க அவன் ஏற்கனவே முடிவுசெய்திருந்ததில் பெரிதாகக் கிளர்ந்து அது எம்.வி.ஜோய்18 கப்பலில் வேலைசெய்த காலத்தில்போல் அட்டகாசம் செய்யவில்லை.

சிறிதுநேரம் அவ்வாறே நின்றிருந்திருந்தவனின் பார்வை ஒரு விசித்திரத்தை அப்போது தான் இனங்கண்டது. கரை உயர்ந்தும் தாழ்ந்தும் ஆடிக்கொண்டிருந்தது. கப்பல் வாழ்வின் அனுபவம் அவனுக்கு வெகுவாக இல்லையெனினும், அந்த இரண்டு மூன்று வருஷங்கள் கப்பலின் மேல்கீழானதும், பக்கப்பாடுகளிலானதுமான அசைவுகளுக்கு அவனைப் பழக்கப் படுத்தியிருந்தன. அதனால் கப்பலின் அசைவுகளை உணர்தல் அரிதாகி, பார்க்கும் வெளியே அசைவதுபோன்ற பிரமையுறுதல் இயல்பில் வாய்த்திருந்தது. அசையும் பொருளை அசைவற்றதாய் நினைத்து அசையாப் பொருளின் அசைவை அனுபவிக்கும் அந்த மாயத்தின் கணங்கள் அவனுக்குப் பிடித்தமானவை.

பயண காலத்தில், அதாவது மெயின் என்ஜின் வேலைசெய்யும் பொழுதுகளில், ஓர் என்ஜினியரோடு அவன் வேலைசெய்யவேண்டி இருக்கும். நான்கு மணிநேர வேலைக்குப் பிறகு எட்டு மணிநேர ஓய்வு என இரவும் பகலுமாக இருந்த அந்த வேலைநேரப் பகுப்பு, நாள் முழுவதும் வேலைசெய்வது போன்ற அலுப்பைச் செய்ததெனினும், அது ஒரு நேரத்தின் விரைவுக்கூற்றினைக் கொண்டிருந்ததையும் அவன் அறிந்திருக்கிறான். அதுவே அவ்வேலைப் பகுப்பின் முக்கியமான அலகு அல்ல. என்ஜின் அறை, செல்லவேண்டிய இடத்தைத் துல்லியமாக பாகை வாரியாகக் கண்டு செலுத்துவதற்கான பிறிஜ் எனப்படும் உச்ச தளம் ஆகியனவற்றில் உள்ள வேலைகள் கூடுதலான கவனத்தைக் கோருபவை. அதிகூடுதலான வெப்பசக்தியை கொதிநிலை எண்ணெய்க் கசிவுகளின் மத்தியில் பிறப்பிக்கும் கீழேயுள்ள என்ஜின் அறை வெகுவான தருணங்களில் தன் தீ நாக்குகளை சட்டெனப் பரப்பி கப்பலையே எரிபொருளாக்கிவிடும் அபாயம் இருந்தது. அதுபோல் மேலே சுக்கான் அறையில் இருக்கக்கூடிய கவனப்பிசகில் தரைவழியின் வாகன விபத்துக்கள்போல் கடலிலும் கப்பல்களின் மோதுகைகள் நிகழக்கூடும். மேலும் கடலில் தலைதூக்கி நின்றிருக்கும் குன்றுகள் கப்பலின் அடித்தளத்தையே கீறிச் சிதைத்து அதனை கடலுள் அமிழ்த்திவிடும் அபாயமும் இருந்தது. இரவில் சுக்கான் தளம் வெளியின் இருளையெல்லாம் தன்னுள் வாரியபடி இருண்டு போயிருக்கும். இருளினுள்ளிருந்து எதிரே வெளிச்சப் புள்ளி ஏதாவது தெரிகின்றதா என்ற கப்பல் அதிகாரியினதும் கூடப் பணிசெய்பவரினதும் அவதானிப்பின் மும்முரமே மறுநாள் கப்பலின் இருத்தலையே உறுதி செய்யும். அது பிழைக்கிறபோது விபத்துக்கள் தவிர்க்கப்பட முடியாதவை. அவ்வாறு பல விபத்துக்களைக் கடல்வர்த்தக வரலாறு தன்னுள் கொண்டிருப்பதை தான் புரட்டும் அயல்மொழிச் சஞ்சிகைகளிலிருந்து கலாபன் நிறையவே அறிந்திருக்கிறான். அதனால் பகலில் நான்கு, இரவில் நான்கு மணியான வேலைப் பகுப்பு அவனுக்கு உடன்பாடாகியிருந்தது.

மறுநாள் அதிகாலையிலேயே என்ஜின் தயாராக்கப்பட்டது. துறைமுக பைலட் வந்ததும் கப்பல் துறைமுகத்துள் நுழைந்தது. சிறிதுநேரத்தில் கப்பலும் பெருவடங்களில் பிணைக்கப்பட்டாயிற்று. வெளியே காத்திருந்த ஏஜன்ற் உள்ளே வந்ததும் கடிதங்களும் பணமும் பெறும் ஆரவாரம் மாலுமிகளிடையே வெகுத்து, கடிதத் தகவல்களின் துக்கமோ மகிழ்ச்சியோ விளைத்த உணர்வுக் கோலங்களுக்கான போதைகொள் சடங்குகள் ஆரம்பமாகி மதியத்தின் மேல் அவையும் அடங்கின.

கலாபன் தன் மனைவியின் கடிதத்தோடு வந்திருந்த மகளின் பிறந்தநாள் படங்கள் விளைத்த மனக்கிளர்ச்சியோடு பிற்பகலைக் கடத்தினான். ஆறு மணியளவில் நகரைப் பார்த்துவர, எடுத்திருந்த சிறிய தொகையோடு சென்றான். கப்பல்காரர்களைத் தேடி விரிந்த சில வெண்நங்கையரின் பார்வைகளை அநாயாசமாக விலகிக்கொண்டு ஒரு சிவப்பு விளக்குகள் சிறப்புற விரிந்துகொண்டிருந்த எக்சலென்ற் என்று எதிரே தென்பட்ட ஒரு பாருக்குச் சென்றான் கலாபன்.

வாசலில் நின்றிருந்த ஒரு பணிப்பெண் உள்ளே குடிவகைகளின் விலைப்பட்டியலைக் காட்டிக்கொண்டிருந்தாள். ஒரு பியர் மூன்று டொலர்களா என அதிர்ச்சி விளைந்தாலும், அமெரிக்காவிலும் ஒரு பாரில் குடித்ததாக ஒன்றிரண்டு பியர்களோடு திரும்ப எண்ணிக் கொண்டு, புகையும் இசையும் சத்தமும்

60ம் பக்கம் பார்க்க...



GREEN COMPUTERS

கிறீன் கொம்பியுட்டர்

138 SHORTING ROAD,SCARBOROUGH,ON (McCowan & sheppard)
Tel: 416 843 5251 E-Mail: greencomputerpro@gmail.com



SALES

1.Purchase low cost ,High Quality Refurbished/Used Computer Systems (HP, Compaq, IBM with P40)
2.Purchase all types of Monitors, Keyboard, Mouse, Motherboard, Memory, Hard drives, Memory & Accessories
3.Custom Computers -We build High Performance Computers for your specific needs -ex/mulitmedia,workspace use.
4.We sell Refurbished/Used Laptops & Notebooks With warranty (HP, DELL, IBM, TOSHIBA.)

SERVICE

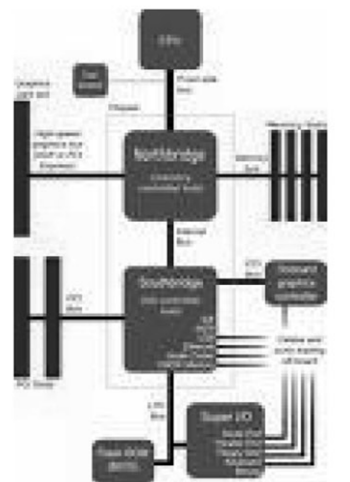


1.All types of computers systems are repaired and refurbished.
2.Installation of Operating System ,applications, & Hardware
3.Complete Software Upgrade
4.Hardware upgrades & virus removal.
5.Repair all types of Laptops & Notebooks
6.Blue Screen, Fan noise, Broken power jack or Broken keyboard

TRAINING



1.Computer Basics
2.Photoshop
3.CorelDraw
4.VideoEditing -Adobe Premiere Pro
- Final Cut Studio
5.PC Technician



புதிய தொழில் நுட்பங்களை தமிழில் கற்கலாம்

★ Trusted,reliable & Friendly service awaits you.

Contact us at: 416-843-5251

வாத்தியார் 02 வீட்டிலிருந்து வன்கூவருக்கு...

K.S. பாலச்சந்திரன்

கழுதையும் மழையும்

இது என் வாழ்க்கை வரலாறு அல்ல.

1995ல் அமெரிக்காவின் டெக்சாஸ் மாநலத்தில் நிகழ்ச்சி செய்ய என்னை அழைத்திருந்தார்கள். டெக்சாஸ் என்றவுடனேயே, அகன்ற தொப்பி-யுடன், கையில் துப்பாக்கியுடன், குதிரையில் வரும் பசுப்பையன்கள்களும் (Cowboys என்பதை தமிழ்ப்படுத்தினேன் - தவறில்லைத் தானே), அவர்களுக்கு பின்னால் கையில் அம்பு, வில்களுடன் "கூய்... காய்" என்று கூக்காட்டிக்கொண்டு துரத்திவரும் அமெரிக்-காவின் பழங்குடிமக்களும் ஞாபகத்திற்கு வந்தார்கள். எங்கள் இளமைக்காலத்தில் பருத்தித்துறை சென்றல் தியேட்டரில் நண்பர்-களுடன் போய் பார்த்த ஆங்கிலப்படங்களில் அவர்கள் அப்படி வந்திருக்கிறார்கள்.

போதாதற்கு, சர்வதேச அரசியல் புரியாத அந்த இளமைக் காலத்திலேயே, எங்களைக் கவர்ந்திருந்த ஒரேயொரு அமெரிக்க ஜனாதி-பதியான ஜோன் எவ். கென்னடி, சுற்றுலா சென்றிருந்தவேளையில் டெக்சாஸ் மாநிலத் தின் டல்லஸ் நகரத்தில் வைத்து சுடப்பட்ட செய்தி அறிந்த நாள் முதல், டெக்சாஸ் என்பது ஒரு ஆபத்தான பகுதி என்ற எண்ணம் என்மனதில் மேலோங்கியிருந்தது.

இந்தப்பின்னணியுடன்தான் நான் புறப்பட்டேன். டெக்சாஸ் ஒரு பிரம்மாண்டமான மாநிலம். பரந்த நிலப்பரப்பு. எண்ணெய் வளத்தோடு சேர்ந்திருக்கும் இயற்கை வரட்சி எங்கும் தெரிந்தது. ஹியூஸ்டன் ஹொபி விமான நிலையத்தில் நான் இறங்கியபோது மழை பெய்தது. நான் ஆச்சரியத்தோடு மழையைப் பார்த்துக் கொண்டிருந்தேன். ஏனென்றால் நான் கேள்விப்பட்டவிதம் வேறாக இருந்தது.

என்னை வரவேற்க வந்திருந்த டெக்சாஸ் பல்கலைக்கழக விரிவுரையாளர் விபுலானந்தன் கையில் குடையுடன் வந்தது மேலும் ஆச்ச-ரியமாகவிருந்தது. டெக்சாஸ் வெயிலுக்கு தாக்குப் பிடிப்பதற்காக வாங்கி வைத்திருப் பார்கள் என்று சமாதானம் சொல்லிக்-கொண்டேன்.

என் நிகழ்ச்சி நடந்த இடம் ஒரு குழந்தைகள் காப்பகம். அது விடுமுறை நாள். எனவே குழந்தைகள் அங்கு இருக்கவில்லை. ஆனால் யாழ்மண்ணிலிருந்து சுடச்சுட (இந்தச் சுடச் சுட- சூடு ஆறுவதற்கு முன்பே என்ற பொருள் படும்) வந்திருக்கும் என்னைப்பார்ப்பதற்காக, குழந்தைகளைப்போல ஆர்வத்தடன், டல்லாஸ், ஒஸ்ரின் போன்ற இடங்களிலிருந்தெல்லாம் வந்திருந்தார்கள்.

நிகழ்ச்சியை ஆரம்பிக்கும்போது பார்வையா ளர்களின் நாடிபிடித்துப்பார்ப்பதற்காக எதாவது சொல்லிவைப்பதும், அதை அவர்கள் எவ்வாறு எவ்வாறு ஏற்றுக்கொள்கிறார்கள் என்பதைப் பொறுத்து என் நிகழ்ச்சியை அமைத்துக் கொள்வதும் என் வழக்கம்.

எனவே டெக்சாஸ் மாநிலத்தின் மழை பெய் யும் சாத்தியம் குறித்த ஒரு நகைச்சுவைத் துணுக்குடன் ஆரம்பித்தேன்.

அங்கு வந்த ஒரு வெளிநாட்டுக்காரர் கேட்டார். டெக்சாஸில் மழை பெய்யுமா?

டொக்சாஸ்வாசி அதற்குபதில் சொன்னார். "பைபிளில் வரும் 40 நாள் இரவும் 40 நாள் பகலும் விடாமல் மழை பெய்ததென்று ஞாபகமிருக்கா?".

வெளிநாட்டுக்காரர் - ஓமோம். உலகமெல்-லாம் வெள்ளம் வந்து, நோவா தன்னுடைய படகில் உயிரினங்களில் சோடிசோடியாக கொண்டுபோனவர்.

டெக்காசஸ்வாசி - அப்பதான் அரை அங்குல மழை இங்கே பெய்தது.

இதைச்சொல்லிவிட்டு நான் சிரித்த அளவு கூட பார்வையாளர்கள் சிரிக்கவில்லை. முகத்தில் வழிந்த (என் முகத்தில்தான்) அரையங்குல அசட்டுச்சிரிப்பை கைக்குட்-டையால் அழுந்தத்துடைத்துக்கொண்டே சொன்னேன்.



"நேற்று நான் இங்குவந்து இறங்கியபோது, மழை பெய்தது. நான் ஆச்சர்யப்படவில்லை. காரணம் வள்ளுவர் எப்போதே சொல்லியி-ருக்கிறார். "நல்லார் ஒருவர் உளரேல் அவர் பொருட்டு எல்லோர்க்கும் பெய்யும் மழை" என்று. இப்போது நான் வந்ததால் டெக்ஸாசில் மழையும் வந்தது" என்று சொல்லிமுடிக்கவும். சபையில் இருந்து பட்டென்று பதில் வந்தது.

"நேற்று வரையும் நல்ல மழைபெய்து கொண்டிருந்தது. நேற்றில் இருந்து மழை குறைந்து போய்விட்டது. இப்போதுதான் காரணம் தெரிகிறது"

அதற்குப்பிறகு நான் சுதாகரித்துக்கொண்டேன்.

பொதுவாகவே தனியாக மேடையில் நிகழ்ச்சி செய்யும் போது பார்வையாளர்களின் சொல லம்புகளை எதிர்கொள்ளவேண்டிவரும். நாங்கள் தடுமாறுகிறோம் என்று அவர்கள் அறிந்துவிட்டால் அவ்வளவுதான்.

இதற்காகவே நான் தயாராக குட்டிக்கதைகள் வைத்திருப்பேன். நாசூக்காக அவற்றை சொல்லி, ஊசி போடுவது மாதிரி.

ஒருமுறை ரொரன்ரோவில் ஒரு நிகழ்ச்சி. அன்று நடக்கப்போகும் மற்ற அம்சங்களின் (அம்சமானவர்களின்) பட்டியலையும், வந்தி-ருந்த பார்வையாளர்களையும் பார்த்தவுட-னேயே எனக்கு சிக்கல் புரிந்துவிட்டது. நான் தயங்கினாலும் நிகழ்ச்சி அமைப்பாளர் விடுவதாயில்லை.

ஒன்றன்பின் ஒன்றாக திரையிசைக்கான நடனங்கள். துள்ளாட்டங்கள். சபையில் நிரம்பிவழிந்த இளவட்டங்கள் கூக்குரல்கள், விசில்கள் உச்சஸ்தாயியைத்தொட, ஆரவா ரித்துக் கொண்டிருந்தார்கள். இந்தநேரம் பார்த்தா என்னை மேடைக்கு அழைக்க வேண்டும்.

அந்த உன்மத்தநிலையில் இருந்தவர்கள் நாட்டின் பிரதமரே பேச வந்தாலும் அதைத்தான் செய்திருப்பார்கள். எனக்கும் அதையே செய்தார்கள். கோரஸாக குரல் எழுப்பினார்கள்.

நான் சற்றுப்பொறுத்துத்தான் பார்த்தேன். அவர்கள் விடுவதாயில்லை. தோற்றுப்போய் மேடையைவிட்டு இறங்குவதிற்கு நான் தயா-ரில்லை என்பதை அவர்களுக்கு உணர்த்த வேண்டியது அவசியமாகப்பட்டது.

ஒலிவாங்கியை அணுகி, வெகுசாவதானமாச் சொன்னேன்.

"தம்பிமார்களே.. உங்கள் விருப்பம் எனக்குப் புரிகிறது. ஆனால் நான் ஒரேயொரு சின்னக் கதை சொல்லிவிட்டுப் போகிறேன். சற்று அமைதியாகவிருங்கள்" என்றதும் அவர்கள் சற்று அமைதியானார்கள்.

'சின்னக்கதைதானே. சொல்லிவிட்டுப்போகட்டும்' என்று நினைத்திருப்பார்கள் போலிருக்கிறது.

சின்னக்கதையை சொல்லத்தொடங்கினேன்.

"என்னுடைய அப்பா ஒரு கழுதையை வளர்த்து வந்தார். நான் அப்போது சின்னப்பையன். ஒருநாள் தடி ஒன்று எடுத்து, அந்தக் கழுதைக்கு கண்டபடி அடித்துவிட்டேன்.

என்னைக் கண்டித்த என் அப்பா சொன்னார். "பாவம் இந்தக் கழுதைக்கு நீ இப்படி அடித்-துப்போட்டாய். இருந்து பார். ஒரு நாளைக்கு இந்தக்கழுதையின் குட்டிகள் வந்து உனக்கு பொல்லாத கரைச்சல் தரும்" என்று..

அப்பா சொன்னது உண்மைதான். இன்று தான் தெரிகிறது. அந்தக்கழுதையின் குட்டிகள் அத்தனையும் இங்கு வந்துவிட்டன. நன்றி வணக்கம்.

என்று சொல்லி நான் மேடையைவிட்டு இறங்கிச்சென்றபின்தான், அவர்களுக்கு நான் சொன்னதன் அர்த்தம் புரிந்திருக்கிறது. அரங்கில் இருந்த எனக்குத்தெரிந்தவர்கள் பிறகு எனக்கு சொன்னார்கள்.

நான் அப்போது வீடு நோக்கிப்போய்க்-கொண்டிருந்தேன்.

ksbala@thaiveedu.com



பக்கத்து வீட்டுக்...

55ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

முன்னர் போனவர் இருபது வருடம் கழித்து அம்மாவைப் பார்க்க வந்திருந்தார். அவர் இருக்குமிடமெல்லாம் அவரைச் சுற்றி வாசனைத் திரவிய மணம் இருக்கும். ஒரு வட்டமான டின்னிலிருந்து சிகரெட் எடுத்துக் குடிப்பார். வீட்டுக்குள்ளேயும் மெல்லிய தோல் செருப்பு அணிந்துதான் நடமாடினார். அவர் மணமுடித்து வசதியாக வாழ்ந்தார். புகைப் படங்களில் மாமியும், பிள்ளைகளும் ஜொலித்-தார்கள். வீடு பளபளவென்று இருந்தது. ஒருநாள் நாங்கள் சிரித்துப் பேசிக் கொண்-டிருந்தபோது திடீரென்று மாமா அம்மாவைப் பார்த்து தான் என்னை கூட்டிக்கொண்டு போய் அங்கே வளர்க்கப்போவதாக கூறினார். அம்மா அதற்கு மறுமொழி சொல்லாமல் என்னிடமே கேட்கும்படி சொன்னார். மாமா என்னைப் பார்த்தார். அங்கேயிருந்த அத்தனை கண்களும் என்னைப் பார்த்தன. சிங்கப்பூர் சொர்க்க-லோகம் என்பதில் என் மனதில் சந்தேகமே இல்லை. என் வாயிலிருந்து பிறக்கப்போகும் ஒரு வார்த்தையில் என் மீதி வாழ்க்கை முழுக்க தொங்கியது. ஒருவேளை நான் அன்று ஆம் என்று சொல்லியிருந்தால் இன்று என் வாழ்க்கை எப்படி எப்படி எல்லாம் ஆகியி-ருக்குமோ, யார் சொல்லமுடியும். நான் 'இல்லை' என்று அம்மாவின் முகத்தைப் பார்த்து தலையாட்டியபோது அம்மா ஒரு வாரத்துக்குள் இறந்துபோய்விடுவார் என்பது எனக்கு தெரியாது.

அம்மா போய் சில வாரங்களானதும் அக்கா அம்மாவின் சந்தணப்பெட்டியை திறந்து பார் த்தார். அக்காவுக்குத்தான் அம்மா சாவியை எங்கே ஒளித்து வைப்பார் என்பது தெரியும். அது அடுக்குப்பெட்டிகளின் அடியில் கிடந்தது. பெட்டியை திறந்ததும் சந்தண மணமும், அம்மாவின் மணமும் சேர்ந்து எழும்பியது. அம்மா மணமுடித்து வந்தபோது அணிந்த சரிகை போட்ட உத்தரீயம், கிட்டத்தட்ட எல்லா ரசமும் போய்விட்ட ஒரு கைக்கண்-ணாடி, பழுப்பாகிப் போன ஓலை நறுக்கில் யாருடையதோ ஒரு சாதகக் குறிப்பு என்று பல இருந்தன. அடியிலே ஒரு கட்டுக் காசு அகப்பட்டது. எல்லாம் பத்து ரூபாய் தாளாகக் கிடந்தது. அக்கா அவ்வளவு காசை ஒருசேரக் கண்டதில்லை. பயந்துவிட்டார். நாங்களும் அக்காவைப் பார்த்து பயந்து போனோம். ஓடிப்போய் ஐயாவை கூட்டி வந் தோம். அவரும் பெட்டியை கிண்டிப் பார்த்தார். வேறு ஒரு கடிதமோ, குறிப்போ கிடைக்க-வில்லை. காசை எண்ணிப் பார்த்தபோது சரியாக இரண்டாயிரம் ரூபாய் இருந்தது. ஐயாவினால் நம்பவே முடியவில்லை. அம்மா சாவதற்கு இரண்டு நாள் முன்புகூட பணம் கேட்டிருக்கிறார். அம்மா இல்லையென்று அடித்துச் சொல்லியிருக்கிறார்.

சில நாட்கள் கழித்து ஐயாவைப் பார்க்க அவருடைய பழைய நண்பர் ஒருத்தர் வந்தி ருந்தார். அப்பொழுது இதைப் பற்றிச் சொன்ன போது ஐயாவுக்கு கண் கலங்கியது. 'என்ரை ராசம்மாவுக்கு நான் ஒரு குறையும் வைத்த தில்லை. ராணி மாதிரித்தான் இருந்தாள். யாருக்காக சேர்த்துவைத்தாள்' என்று சொல்லி தழுதழுத்தார்.

அம்மா இறந்து 22 வருடங்களுக்கு பின்னர் ஐயாவும் போய்ச் சேர்ந்தார். அந்த இருபத்-திரண்டு வருடகாலமும் ஐயாவால் மறக்க முடியவில்லை. 'நான் என்ன குறைவைத்தேன்' என்று அரற்றிக்கொண்டே இருந்தார். மண-முடித்து வந்த நாளில் இருந்து அம்மா பாதிக் கிணறையே ஆட்சி செய்தார். அவர் இறந்தபோதும் பாதிக்கிணறு தாண்டக்கூடிய அளவுக்குத்தான் பணம் சேர்த்திருந்தார்.

muththulingam.a@thaiveedu.com



கடலில் தொலை...

57ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

உரசல்களும் நிறைந்திருந்த அந்த பாரினுள் நுழைந்தான்.

ஒரு பியர் போத்தலை வாங்கிக்கொண்டு தூர ஓரிடமாய்ச் சென்றமர்ந்தான். ஒரு பக்கத்தில் தலையுயரத்துக்கு மேலேயுள்ள ஒரு திரையில் 8எம்.எம். புரஜெக்டர் ஒன்று புணர்ச்சியின் உச்சகட்ட இயக்கத்தை விரகம் மேவும் சத்தத்துடன் விரிய விட்டுக்கொண்டிருந்தது.

அங்கிருந்து வெளியேற கலாபன் தன்னுடன் ஒரு யுத்தத்தையே நடத்தவேண்டியிருந்தது. மூன்று பியர்கள் முடிகிறவரையில் அந்த யுத்தத்தில் அவன் வென்றான். வெளியே வந்தவன் மகளுக்காக விலைகூடியதானாலும் ஒரு சட்டை வாங்கிக்கொண்டு வேலை நேரத்துக்கு முன் கப்பலுக்குத் திரும்பினான்.



மறுநாள் மாலையில் கப்பல் பயணப்படுவதாக இருந்தது. பயணம் மீண்டும் தூரகிழக்கு.

மதியத்தில் கலாபன் வேலை முடிந்து மேலே வந்தபோது சாப்பாட்டு அறையில் ஒரு துறைமுகத் தொழிலாளி செக்ஸ் படப் புத்தகங்கள், போட்டோக்கள் விற்றுக்கொண்டிருந்தான். ஒரு டொலருக்கு விற்கப்பட்ட ஈரடிநிலை நங்கையரின் போட்டோக்களில் இரண்டை நண்பர்களுக்கு அனுப்பும் எண்ணத்தோடு அவன் வாங்கிக்கொண்டான். அவசரமாக தபால்நிலையம் போகவிருந்த ஒரு நண்பன் மூலம் மனோவுக்கான கடிதமும் அனுப்பப் பட்டாயிற்று. காமவிழைச்சலிலிருந்து அந்த முறை தன்னைக் காத்துக்கொண்டது கலாப னுக்குச் சந்தோஷமாக இருந்தது.

கப்பல் மாலையில் துறைமுகத்திலிருந்து புறப்பட்டது. மீண்டும் மலேஷியா என்று பேச்சாக இருந்தது.

கப்பல் பயணத்தைத் தொடக்கி ஒரு கிழமையாயிற்று. தன் மனைவியின் பிறந்தநாள் இன்னும் சில தினங்களில் வரவிருப்பது அவனுக்கு ஒரு திடுக்காட்டத்தோடு ஞாபகமானது. அதை அமெரிக்காவில் நின்றபோது நினைவு கொண்டு ஒரு பிறந்தநாள் வாழ்த்து மடல் அனுப்பாது போனமைக்காக கலாபன் தன்னையே நொந்துகொண்டான்.

கப்பல் மாறிமாறி ஏற்பட்ட அலைவீச்சுகளிலும், அமைதிச் சூழ்நிலைகளிலும் பயணித்துக்கொண்டிருந்தது.

மனோகரி ஒரு தை இருபத்தாறில் பிறந்திருந்தாள். தை இருபத்தாறுக்கு இன்னும் இரண்டே தினங்கள் இருந்தன. அன்று சனிக்கிழமை. அவளது பிறந்தநாள் ஞாயிறில் வருகிறது. கடலில் தன் மனைவியின் பிறந்த நாளை நினைவுகொள்ளப் போகிற அந்த முதல் தருணத்தைக் குறித்த பரபரப்போடு அவனது நேரங்கள் கடந்துகொண்டிருந்தன. அந்த மாதிரி முந்திய கடல்பயண காலங்களில் தான் அவளது பிறந்தநாளை நினைத்திருக்கவில்லை, நினைப்பே வந்திருக்கவில்லையென்கிற யதார்த்தம் ஒருவகையில் அவனை உலுப்பச் செய்தது. மனோவின் காட்டமான நடத்தைகள் ஒருவகையில் நியாயமானவை யோ என தன்னுள் கேள்வியெழுப்பி அது அவ்வாறுதான் என்று நம்புகிற நிலையிலிருந்தான் கலாபன்.

பசுபிக் சமுத்திரம் அமைதி தோய்ந்து கிடந்தது. கிழக்கை நோக்கிய பயணத்தின் சில இரவுகளின் வேலைநேரங்கள் ஒரு மணிநேரம் அதிகமானதாக முடிந்துகொண்டிருந்தன. அதாவது அவ்வேலைநேரங்களின் ஐந்து மணிநேர வேலை நான்கு மணிநேரமாகக் கணிக்கப்படும்.

செவ்வாய் இரவு எட்டு மணிக்கு வேலை தொடங்கி தன் ஐந்து மணிநேர வேலை முடிந்து கலாபன் மேலே வந்தபோது பன்னி ரண்டு மணி. பின்புற மேற்தளத்தில் அந்தக் குளிர்கால இரவிலும் பல்வேறு நிகழ்வுகளையும் உறவுகளையும் நண்பர்களையும் நினைத்தபடியே நின்று சிகரெட் புகைத்தான் அவன். மேலே அதிவடிவில் நிலா தொங்கிக்கொண்டிருந்தது. நட்சத்திரமேதுமற்ற நீலமாய் வானம். மேகம்கூட திரண்டிருக்க வில்லை. அந்தளவு நிர்மலம்! நிர்மலம் என் பதன் அர்த்த பரிமாணக் காட்சியும் காலமும்.

விடிந்தால் மனோவின் பிறந்தநாள். குதூகலத்தோடேயே படுக்கப்போனான் அவன்.

வழக்கம்போல் காலையில் ஏழரை மணிக்கு தன்னை எழுப்ப தட்டப்படும் கதவுச் சத்தத்தின் முன்னரே எழுந்துவிட்ட கலாபன், மேலே மாலுமிகள் சாப்பாட்டறைக்கு வந்தான். ஞாயிறுகளில் பகல்வேலைகாரருக்கு வேலையில்லாததால் நிறைந்துபோயிருக்க வேண்டிய அந்த இடம் வெறித்துப்போயிருந்தது அவ னுக்கு ஆச்சரியமாக இருந்தது. மெஸ்போய் அக்பரைக் கேட்டான். அவர்தான் சொன்னார், இன்றைக்கு ஞாயிறு இல்லையே என.

ஞாயிறு இல்லையா? என அவன் குழம்ப, அக்பர் விளங்கப்படுத்தினார்: ‘மேற்குப் பயணத்தில் வேலைநேரம் கூடிக்கொண்டு போகும். கிழக்குத் திசைப் பயணத்தில் அது குறையும். இதனால் மேற்குத் திசைப் பயணத்தில் ஒரு நாள் அதிகமாகும். நீதான் பார்த்திருப்பாயே, போனமுறை மலேஷியாவிலிருந்து நாங்கள் அமெரிக்கா போனபோது ஒரு செவ்வாய் அதிகமானது. அந்த வாரத்தில் நீ ஆறு நாட்கள் வேலைசெய்திருப்பாய். இரண்டு செவ்வாய்கள் வந்தன. அது ஞாபகமா?’

கலாபன் ஆமென்று தலையசைத்தான். இப்போது நிலைமை அவனுக்கு ஓரளவு புரிந்திருந்தது. ஆனாலும் அக்பர் தொடர்ந்ததைக் கேட்டுக்கொண்டிருந்தான். அக்பர் ஒரு முது கடலோடி. நாற்பதாண்டுக் கால கடற்பயண அனுபவம் கொண்டவர்.

‘பசுபிக்கில் அலையும் அமைதியும் பயங்கரமும் அழகும் மட்டுமில்லை கலா, அதிலே ஒரு குறிப்பிட்ட இடத்தில் சர்வதேச நாட்கோடும் வரையப்பட்டிருக்கிறது. கப்பல் பயணங்களின் போதுதான் பெரும்பாலும் நாள்களின் இந்தச் சடுதி மாற்றம் நிகழ்த்தப்படுகிறது. விமானப் பயணத்திலும் ஏற்படும்தான், ஆனால் உண ரப்படாமலிருக்கும். இந்த இன்ரர்நேஷனல் டேற் லைனை மேற்கிலிருந்து கடந்தால் ஒரு நாளை நீ இழப்பாய். கிழக்கிலிருந்து கடந்தால் அதிகமாய்ப் பெறுவாய். இழப்பதும் ஒரு தோற்றமாகவே இருக்குமே தவிர உண்மையில் அவ்வாறு நடப்பதில்லை. எல்லாம் ஒரு ஏற்பாடுதான்’ என்ற அக்பர். வேலை இருப்பதாகக் கூறி அப்பால் நகர்ந்தான்.

விறைத்துப்போய் நின்றிருந்தான் கலாபன். அக்பர் ஒருநாளை இழப்பதாத்தான் கூறினான். ஆனால் அவனோ ஒரு நாளைத் தொலைத்திருக்கிறான். அவனது மனைவியின் பிறந்த நாள் தொலைந்திருக்கிறது கடலில். வாழ்வின் நேரம் இழக்கப்படாமல் நாள் தொலையும் அந்த அதிசயத்துடன் சாப்பிடாமலே என்ஜின் அறை சென்ற கலாபனை, ‘என்ன கலா, சோகமாக இருக்கிறாய்?’ என்று கேட்டான் என்ஜினியர். கலாபன் சிரித்து மழுப்பினான். அவனுக்குத்தான் அந்த இழப்பு புதுமையும் துக்கமும். அவனது என்ஜினியரான அந்தக் கிரேக்கனுக்கு அது ஏதுமற்றதாகக்கூட இருக்கலாம்.

கடிதத்தில் கலாபனின் இழப்பை வாசித்தறிந்த எனக்கும் அது ஆச்சரியமாகவே இருந்தது. ஆனால் கூட அவன் இணைத்திருந்த படம் என் எல்லா உணர்வுகளையும் அமுக்கிக்கொண்டு என் கவனமெல்லாத்தையும் தன்பால் ஈர்த்துக்கொண்டிருந்தது.

நான் கடிதத்தை வைத்துவிட்டு படத்தைப் பார்த்தேன். ஒரு மனிதனின் பல்நிலைப்படும் மனம்போல அது தன் பல்நிலைகளைக் அடக்கிக்கொண்டிருந்தது. நேரில் பிடித்துப் பார்க்கும்போது ஆடையோடு அழகு கொடட்க்கொட்ட நின்றிருந்த தங்கநிற முடிகொண்ட அந்த கட்டுமஸ்தான பெண் ஒரு சாய்வில் பார்க்கும்போது தன் ஆடைகளையெல்லாம் களைந்துவிட்டு பிறந்தமேனியளாய் நின்றுகொண்டிருந்தாள். இன்னும் மெல்லிய அசைப்பில் அவளது தனங்கள் இரண்டும்கூட குலுங்குவனபோல் காட்சியாகிக்கொண்டிருந்தது.

வயதில் முளைத்து அடங்கிக் கிடந்த உடலுணர்ச்சி தன் தளையுடைத்து வரத் திமிறியது. எவளோ ஒரு ஈழத் தமிழிச்சி, என்றோ ஒருநாள் மனைவியாகி வரும்வரை அந்த உணர்ச்சிகளை அடக்கிவைத்திருக்க முடியு மென அதுவரையிருந்த என் நம்பிக்கை என்னிடத்தில் அப்போது சரியத் துவங்கியிருந்தது.

devakanthan@thaiveedu.com

■ ■ ■

Renewable Energy - Ecoaction

உயிரியல் எரிபொருளுக்கான சுற்றுப்புறச்சூழல்

எத்தனால் மற்றும் பயோடீஸல் (Ethanol மற்றும் biodiesel) போன்ற புதுப்பிக்ககூடிய சுத்தமான, உயிரியல் எரிபொருளின் உற்பத்தி மற்றும் உபயோகத்தை விரிவாக்கம் செய்வதற்கு Canada அரசு தீர்மானித்துள்ளது. உயிரியல் எரிபொருள்கள் சம்பந்தமான நான்கு வழி சிறப்பு திட்டத்தை அரசு தயாரித்துள்ளது. அந்த திட்டத்தின் நோக்கங்கள் எவையெனில்:

- எரிபொருளை பயன்படுத்துவதினால் வெளி வரும் Green house gasகளை குறைத்தல்.
- உயிரியல் எரிபொருள்களின் உற்பத்தியை மேலும் அதிகரித்தல்.
- புதிய எரிபொருள் தொழில் நுட்பங்களை விரைவாக வணிகமயமாக ஆக்குதல்.
- வேளாண் பொருள் உற்பத்தியாளர்களுக்கும் மற்றும் கிராமப்புற சமுதாயங்களுக்கும் புதிய வியாபார சந்தை வாய்ப்புகளை உருவாக்குதல்.

2007 ஜுலையில் உயிரி எரிபொருள்கள் தொடக்க திட்டத்திற்கான சுற்றுபப்புறச்சூழல் சிறப்பு திட்டத்தின் ஒரு முக்கியமான அம்சத்தை பிரதமர் Stephen Harper அறிவித்தார். அந்த திட்டத்தின்படி Canadaவின் எரிபொருட்கள் உற்பத்தியை இனிவரும் 9 வருடங்களில் அதிகரிப்பதற்காக 150 கோடி டாலர் முதலீடு செய்யப்படும்.

Gasoline மற்றும் Dieselக்கு மாறாக மரபுசாரா எரிபொருள்களின் உற்பத்தியை அது ஊக்குவித்து, மேலும் மரபுசாரா எரிசக்தியை அதிக அளவில் உற்பத்தி செய்து உள்நாட்டு தேவையை நிறைவு செய்வதற்குரிய திட்டங்களை தொகுப்பதற்கும், கனடாவில் உயிரியல் எரிபொருளின் உற்பத்தியை ஊக்குவிப்பதற்கும் இனிவரும் ஒன்பது வருடங்களில் சுற்றுப்புறச்சூழல் உயிரியல் எரிபொருள் சக்திகழகம் 150கோடி டாலர் வரை முதலீடு செய்யும். இந்த திட்டத்தை செயல்படுத்தும் ஆர்வலர்களுக்கு தொடர்ச்சியாக ஏழுவருடங்களுக்கு ஊக்கத்தொகை அளிக்கப்படும். இந்த செயற்திட்டம் 2008 ஏப்ரல் 1ஆம் தேதி தொடங்கி 2017 மார்ச் 31ஆம் தேதி முடிவடையும். Natural Resources Canada இந்த செயற்திட்டத்தை நிர்வாகம் செய்யும். gasoline மற்றும் dieselக்கு மாற்றாக மரபுசாரா எரிபொருள்களை உண்டுபண்ணும் உற்பத்தியாளர்களுக்கு தகுந்த ஊக்கத் தொகைகளை அளித்து ஊக்குவிப்பதுதான் இந்த திட்டத்தின் தொடக்ககால நோக்கமாகும். எரிபொருள்களின் விலைகள் மற்றும் சரக்கு கையிருப்பின் ஏற்றத்தாழ்வுகள் தொடர்பான ஆபத்துகளை ஓரளவாவது ஈடு செய்வதற்கு இந்த செயற்திட்டத்தின் கவர்ச்சிகரமான முதலீட்டு வசதிகள் செய்து தரப்படும்.

கட்டிடங்கள் மற்றும் வீடுகளுக்கான சுற்றுப்புறச்சூழல் சக்தி

Photovoltaic

ஆரோக்கியமான வேலை இடங்கள் மற்றும் வாழும் குடியிருப்புகளுக்கான சக்தி மேம்பாட்டு திட்டங்கள் நேரத்தையும், மற்றும் பணத்தையும் மிகுந்த அளவில் மிச்சப்படுத்த உதவும். இத்தகைய மரபுசாரா சக்திகளை உருவாக்குவதற்கு நீங்கள் முயற்சி செய்தால், சுற்றுச் சூழலை மாசு அடைய வைத்து தட்பவெப்ப நிலையை மாற்றும் அடையச் செய்யும் புகை, மூடுபனி போன்ற மாசுபொருள்களும் மற்றும் கேடுவிளைவிக்கும் Green House gaseகளையும் குறைக்க முடியும். அதன் மூலம் ஒரு ஆரோக்கியமான சுற்றுச் சுழலை உருவாக்க முடியும்.

வணிக வளாக மற்றும் கல்வி நிலைய கட்டிடங்கள்

சிறிய அல்லது நடுத்தர அளவிலான கட்டிடங்களின் சொந்தக்காரராக நீங்கள் இருந்தால். சுற்றுப்புறச் சூழல் சக்தி செயற் திட்டத்தின் ஊக்கத் தொகையை பெறுவதற்கான தகுதியை நீங்கள் பெறுவீர்கள். புதிய கட்டிடங்களில் சக்தி திறனை மேம்படுத்துவதற்கு, Software மாதிரிகள், பயிற்சி விவரங்கள், stake holder networks உரிமை மற்றும் புதியகட்டிட வடிவமைப்புகளுக்கான உத்தரவாதம் உள்ளிட்ட பல எண்ணிக்கையிலான கருவிகள் மற்றும் செயல்பாடுகள் உள்ளன.

தற்போதைய வீடுகள்

நிலம் மற்றும் சொத்து உடமைக்காரர்கள் தங்கள் வீட்டின் சக்தி திறனை மேம்படுத்துவதற்கான மான்ய தொகையை அரசிடமிருந்து பெறமுடியும். நீங்கள் ஒரு வீடு அல்லது பல அடுக்கு குடியிருப்பு கட்டிடத்திற்கு உயர்ந்தபட்ச பண உதவி 10,000 டொலர் வரை பெறமுடியும். அதே வேளையில் ஒரு தனிப்பட்ட நபர், தன்னுடைய தகுதியான Commercial சொத்துகளின் பேரில் இந்த செயற்திட்டத்தின் வாழ்நாட்காலத்திற்குள் 500,000 டொலர் வரை பண உதவி பெற முடியும். வீட்டு உடமைக்காரர்கள் ஒரு புதிய சக்திதிறன் உள்ள வீட்டை தேர்ந்தெடுப்பதற்கும் இந்த திட்டம் உதவும்.

புதிதாக கட்டப்பட்ட வீடுகள்

நீங்கள் ஒரு புதிய வீட்டை கட்டவோ அல்லது வாங்கவோ நினைக்கும் போது அது வெளிச் சந்தையில் மிகவும் சிறந்ததாக இருக்க வேண்டும் என்று தான் விரும்புவீர்கள். ஆகையால் உங்களால் எவ்வளவு முடியுமோ அந்த அளவுக்கு சக்திதிறன் மிகுந்த ஒரு வீட்டை உருவாக்குங்கள். அதனால் வருடக் கணக்கில் நீங்கள் மின் செலவை மிச்சப் படுத்தமுடியும். அதனால் தான் கட்டிட தர நிர்ணய அளவாக R2000 நட்சத்திர தர நிர்ணயத்தை உருவாக்கியுள்ளார்கள். மேலும் சக்தியை தரவரிசைப்படுத்துவதற்கு Ener Guide rating systemத்தை வலியுறுத்துகின்றனர். இதனால் கனடாவில் சக்திதிறன் மிகுந்த வீடு மற்றும் கட்டிடம் கட்டும் தொழில் முன்னேற்றம் அடைகின்றது.

போக்குவரத்து வாகனங்களுக்கான சுற்றுப்புறச்சூழல் சக்தி:

கனடாவின் தேசிய நெடுஞ்சாலைகள் உலகிலேயே தலை சிறந்து விளங்குகிறது. வேகமாக மாறிவரும் உலக பொருளாதார சூழலில் கனடா போட்டியிட்டு முன்னேறி முன்னிலையில் விளங்குவதற்கு முக்கிய அங்கமாக அது திகழ்கிறது. நம்முடைய தேசிய நெடுஞ்சாலைகளில் நகர்ந்துசெல்லும் வணிக சரக்கு போக்குவரத்து வாகனங்கள் நம் பொருளாதாரத்தை லாபகரமாக உருண்டோட வைக்கிறது. ஆனால் நம் உடல்நலம் மற்றும் சுற்றுப்புறம் ஆகியவற்றுக்கு ஆபத்தை விளைவிக்கும் gasகளையும் அது வெளியிடுகிறது.

உண்மையில் கனடாவில் வெளிவரும் Green house gasகளின் 10 சதவிதம் கனடிய நெடுஞ்சாலைகளில் ஓடும் சரக்கு போக்குவரத்து வாகனங்களிலிருந்து வெளியேறும் gasகள் தான். Natural Resources Canada எரிபொருள் பயன்பாட்டையும் மற்றும் மாசு அடைந்த gasகள் வெளியேற்றத்தையும் குறைப்பதற்கும் மற்றும் சக்தி திறன் வாய்ந்த பயிற்சிகளை கடைப்பிடிப்பதற்கும் சரக்கு போக்குவரத்து வாகன உடமைக்காரர்களுக்கு சில வழிமுறைகளை அறிமுகப்படுத்தியுள்ளது. Fleet Smart என்ற பெயரில் இதற்காக ஒரு புதிய செயற்திட்டம் தொடங்கப்பட்டுள்ளது. போட்டியிடும் திறனையும் மற்றும் உற்பத்தி திறனையும் மேம்படுத்துவதற்கும், மற்றும் போக்குவரத்து வாகனங்களுக்குரிய செலவுகளை குறைப்பதற்கும் சக்தி திறன் வாய்ந்த வாகனங்கள் மற்றும் தொழில் முறைகள் எப்படி உதவுகின்றன என்பதற்கு செயல்முறை சார்ந்த அறிவுரைகள் இலவசமாக வழங்கப் படுகின்றன. இதன் காரணமாக போக்குவரத்து வாகன உடமைக்காரார்கள் மற்றும் மேலாளர்கள் சக்தி திறன் சார்ந்த பயன்களையும் மற்றும் புதிய தொழில் நுட்பங்களையும் தெரிந்துகொள்ள முடியும். அடுத்துவரும் நான்கு வருடங்களில் 200,000க்கும் மேற்பட்ட கனரக வாகனங்கள், பஸ்கள் மற்றும் பிற வாகனங்களின் ஓட்டுனர்கள், சக்திதிறன் வாய்ந்த வாகனங்களை இயக்குவதற்கான தொழில் நுட்பங்களை கற்றுக்கொள்வதற்கு பயிற்சி அளிக்கப்படுவர்.

தனிப்பட்ட வாகனங்களுக்கான சுற்றுப்புறச் சூழல் சக்தி.

கேடு விளைவிக்கும் புகை மற்றும் மூடுபனியின் கலவை சுற்றுச் சூழலில் கலந்து விடாமல்



K. கண்ணன்
- Marketing Director -

பார்த்துக் கொள்வது கனடியர்களாகிய நமது முதன்மையான கடமை. அதற்கு சரியான வாகனங்களை நாம் தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும். அவைகளை ஒழுங்காக ஓட்டவேண்டும். நம்முடைய தனிப்பட்ட வாகனங்கள் 12 சத வீதத்திற்கும் அதிகமான Green gasகளை வான்வெளியில் வெளியேற்றுகின்றன. அதனால் தங்களுடைய குறிப்பிட்ட தேவைகளுக்கேற்ப நாம் தகுந்த Car or Truckஐ தேர்ந்தெடுத்து, அதற்கு சரியான எரிபொருள் மற்றும் கருவிகள் ஆகியன பயன்படுத்துவது சாலச்சிறந்தது. மேலும் அவர்கள் தங்கள் வாகனங்களுக்காக பயன்படுத்தும் எரிபொருளையும் மிகவும் குறைத்து செலவிட வேண்டும். அதனால் நிறைய பணமும் மிச்சப்படும், சுற்றுப்புறச் சூழல் மாசு அடைவதும் தடுக்கப்படும்.

வெப்பத்தை உற்பத்தி செய்வதற்கான சுற்றுப்புறச் சூழல் சக்தி

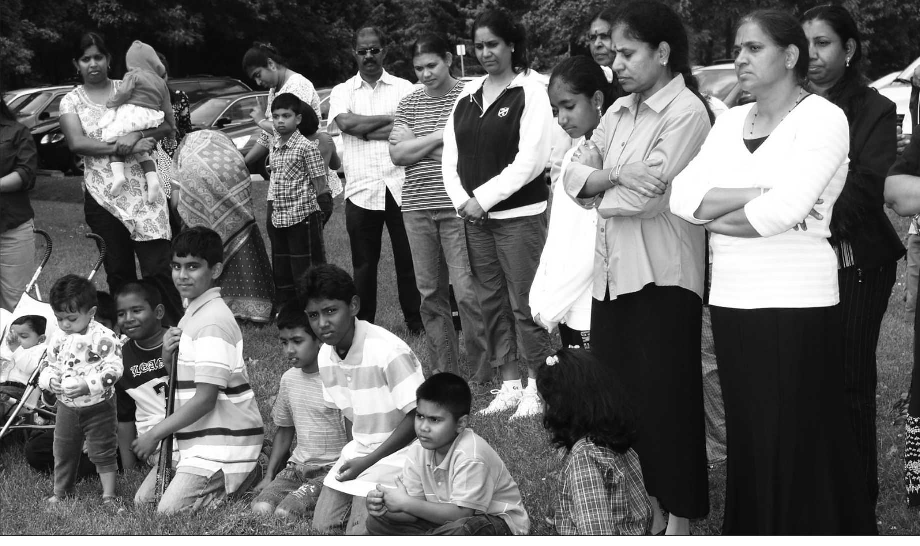
சூரிய சக்தியை பயன்படுத்தி குறைந்த விலைகளில் நிறைந்த வெப்பத்தை உருவாக்கி கட்டிடங்களையும் மற்றும் தண்ணீரையும் வெப்பமாக்குவதற்கு சிறந்த திட்டங்கள் வகுக்கப்பட்டுள்ளன. நான்கு வருட காலத்திற்கென 36 மில்லியன் டாலர் முதலீடு செய்யப்பட்டுள்ள இந்த செயற்திட்டத்தின் நோக்கம் எதுவெனில்:

- தொழிற்சாலை, வர்த்தக மற்றும் வணிக தொழில் நிறுவனங்களுக்கு அதிக அளவிலான மரபுசாரா வெப்ப சக்தியை பயன்படுத்துதல்.
- இந்த தொழில் துறைகளுக்காக அதிக அளவிலான மரபு சாரா வெப்ப சக்தியை உருவாக்குதல்.
- கனடா முழுவதிலும் உள்ள கட்டிடங்களில் உள்ள இடம் மற்றும் தண்ணீரை வெப்பமாக ஆக்குவதற்கு புதைபடிவ பொருள் சார்ந்த சக்தியை தொழிற்சாலைகள் உருவாக்குவதை பெரும் அளவில் குறைத்து. சுற்றுச் சூழலில் உள்ள காற்றை தூய்மையாக ஆக்குதல்.

சக்தி திறன் வாய்ந்த சூரிய ஒளி காற்று, அல்லது நீர் சார்ந்த வெப்பமாக்கும் உபகரணங்களை நிறுவும் தொழில், வணிககல்வி ரீதியிலான நிறுவனங்களுக்கு ஊக்கத் தொகை அளிக்கப்படும். வீட்டு உடமையாளர்களுக்கு நேரடியாக ஊக்கத்தொகை இந்த செயற்திட்டத்தின் படி வழங்காமல்

70ம் பக்கம் பார்க்க...

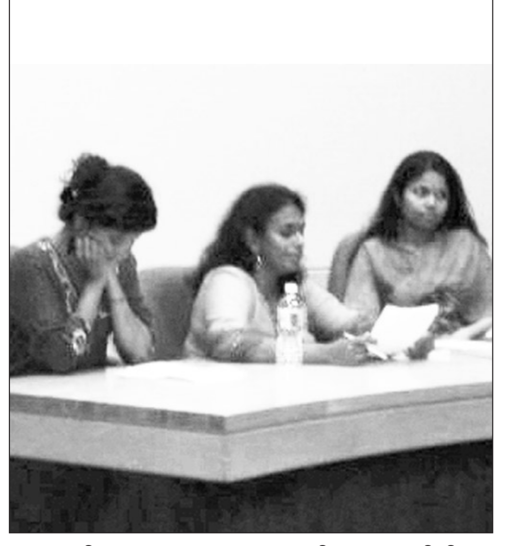
கடந்த மாதத்தில்...



உருத்திரபுரம் அபிவிருத்திக் கழகம் நடாத்திய 'துயர்பகிர்வு' ஒன்றுகூடலின் போது. (ஒகஸ்ட் - 29 - 09)



ரொறன்ரோவில் நடைபெற்ற தர்ஷா இராஜலிங்கம் அவர்களின் பரதநாட்டிய அரங்கேற்றத்தில் (ஒகஸ்ட் 14 - 09)



வடலி நண்பர்கள் நடாத்திய, வடலியின் இரண்டு நூல்கள் வெளியீட்டு விழாவில். (ஒகஸ்ட் - 28 - 09)



கவிநாயகர் வி கந்தவனம் அவர்களின் - பவழவிழா மற்றும் நூல் வெளியீட்டு விழாவில் (ஒகஸ்ட் - 16 - 09)



வசந்தம் - தமிழ் முதியோர் உளவளத்துணை நிலையத்தினரின் பண்பாட்டு நீராடல் விழாவில் (ஒகஸ்ட் - 22 - 09)



அமெரிக்கத் தூதரகத்தின் முன் 100வது நாள் தொடர் விழிப்புப் போராட்டம் (ஒகஸ்ட் - 15 - 09)



வல்வை வரலாற்று ஆவணக்காப்பகத்தின் 'ஈழத்து வரலாற்றுக் கண்காட்சி'யில் (ஒகஸ்ட் - 08 - 09)





விளம்பரம் பத்திரிகை ஆதரவில் லலிதா புறாடியின் 'ஆளுமை வளர்ச்சிக்குப் பிரார்த்தனைகள்' நூல் வெளியீட்டு விழாவில். (ஒகஸ்ட் - 15 - 09)



கனடா கந்தசாமி கோயில் மண்டபத்தில் நடைபெற்ற, வல்வை வரலாற்று ஆவணக்காப்பகத்தின் 'ஈழத்து வரலாற்றுக் கண்காட்சி'யில் (ஒகஸ்ட் - 08 - 09)





Dundas Square, Toronto City Hallலின் முன்பாக நடைபெற்ற, செஞ்சோலையில் கொல்லப்பட்ட குழந்தைகளுக்கான நினைவு நிகழ்வில். (ஒகஸ்ட் - 14 - 09)

வீடும் வீடு திருத்துதலும்



அலன் சிவசம்பு
- வீடு விற்பனைப் பிரதிநிதி -

ஒரு வீட்டைத் திருத்தும் போது அதற்குத் தேவையான Plan, பணம் போன்றவற்றை தயார் செய்யும் நிலையில், சரியான Contractorsஐத் தெரிவு செய்வது முக்கியமாகும்.

முதலாவதாக Contractors இடம் அவர்கள் செய்வதற்கு தேவையான License உள்ளதா என அறிந்துகொள்ளுதல் வேண்டும். காரணம் ஒரு License எடுப்பதானால் அதற்கு முன்பு அவர்களிடம் குறிப்பிட்ட காலத்திற்கு வேலை செய்த அனுபவம் இருத்தல் வேண்டும். அத்துடன் அவர்கள் சில பரீட்சையில் சித்தி அடைந்தவர்களாகவும் சொந்த நிதி நிலையில் பொறுப்புள்ளவர்களாகவும் எனச் சில முக்கியமானவற்றில் தேர்வுடையவர்களாக இருத்தல் வேண்டும். அதன் பின்பு அந்த Contractors, செய்த பழைய Client சிலருடன் தொடர்பு கொண்டு அவர்களது அபிப்பிராயத்தையும் அறிந்து கொள்வது நல்லது. கூடுதலான Contractors மூன்று வருடத்திற்குப் பின்பு புதிய பெயரில் Companyஐத் திறப்பார்கள். ஆகவே Contractor மூன்று வருடத்திற்கு மேலாகவும், ஒரே பெயரை வைத்திருப்பவரானால் அவர்களது வேலையில் அதிக நம்பிக்கை வைத்துள்ளார்கள் என்பதை அறிந்துகொள்ள முடியும்.

இரண்டாவதாக வேலை தொடங்கி பணம் கொடுக்கும் போது எப்போது கொடுக்கப்பட வேண்டும் என்பதை உறுதி செய்தல் நல்லது. உதாரணமாக 25 சதவீத வேலை முடிந்த ஒருவருக்கு 50 சதவீத வேலை முடிந்த பணத்தைச் செலுத்தினால் Contract தொடர்ந்து வேலை செய்வதற்குத் தாமதம் ஏற்படலாம். ஆகவே பொதுவாக தொடக்கப்பணமாக 10சதவீதமும், Plumbing and electrical வேலை முடிந்த பின்பு 25 சதவீதமும், Cabinets and windows முடிந்த பின்பு 25 சதவீதமும், Floor and paints முடிந்த பின்பு 25 சதவீதத்தையும் மிஞ்சும் 15 சதவீத்தை 30 நாட்கள் பிடித்து வைத்திருத்தல் வேண்டும். காரணம் Contractors கூடுதலாக Subcontract இடம் சில வேலைகளைக் கொடுப்பது வழக்கம் அப்படியான நிலையில் Subcontractors முழுப்பணத்தையும் கிடைக்காத நிலையில் குறிப்பிட்ட நாட்களுக்கு வீட்டு உரிமையாளரிடம் பணம் வாங்குவதற்கு உரிமை உண்டு. அப்படியில்லாத நிலையில் Subcontractors கொடுக்கப்பட வேண்டிய பணத்திற்கு, உங்களது வீட்டிற்கு Line போடுவதற்கு உரிமை உண்டு.

> “ வேலையைத் தொடங்கும் முன்பே சரியானமுறையில் தயார்படுத்துதல் வேண்டும். வேலை தொடங்கியபின்பு மாற்றங்கள் செய்தால் சாதாரணமாகச் செலவாகும் பணத்தை விட பலமடங்கு பணம் செலவிட வேண்டிவரும். ”

மூன்றாவதாக, நாம் Contractor இடம் எவ்வளவு பணம் எனப் பேரம் பேசும் போது, குறைந்த பணத்திற்கு சிலர் உடன்படலாம். அப்படியான நிலையில் ஆகக் குறைந்த பணத்திற்கு ஒருவர் உடன்படுவாரானால் அது ஒரு கேள்விக்குறியாக எடுத்துக்கொள்வது நல்லது. காரணம் அவர்கள் தரம் குறைந்த பொருட்களில் அல்லது சுகாதாரத்திற்கு கேடு விளைவிக்கும் பொருட்களையோ பாவிக்கலாம். அத்துடன் குறிப்பிட்ட வேலைக்குப் பிறகு வேலைகளைப் தாமதப்படுத்தலாம். ஆகவே ஆகக்குறைந்த பணத்துடன் ஒருவர் செய்வாரானால், அதை சரியாக ஆராய்வது நல்லது.

நான்காவதாக, Contractorஐத் தெரிவு செய்யும் போது அவர்களிடம் Projectஐக் கொண்டு நடத்துவதற்கு ஒருவர் உள்ளாரா என அறிதல் நல்லது. இல்லாவிடில் Contractor, எல்லா வேலையையும் தாமாகவே செய்வதானால் ஒரே நேரத்தில் மூன்று அல்லது நான்கு Contractsஐச் செய்யும் போது, எமது வேலையைச் செய்து முடிப்பதற்கு கூடிய நாட்கள் முடியும்.

ஐந்தாவதாக நாம் ஒரு வேலையைத் தொடங்கும் முன்பே சரியான முறையில் எமது வேலையைத் தயார்படுத்துதல் வேண்டும். வேலை தொடங்கிய பின்பு மாற்றங்கள் செய்தால் சாதாரணமாகச் செலவாகும் பணத்தை விட பலமடங்கு பணம் செலவிட வேண்டி வரும். ஆகவே இடையில் வேலை மாற்றங்கள் செய்வதை தவிர்த்துக் கொள்வது நல்லது.

ஆறாவதாக, ஒரு வேலை செய்து முடிந்த பின்பு, பார்ப்பதற்கு மட்டும் அழகாக இருந்தால் மட்டும் போதாது, எந்த வேலை செய்தாலும் அதற்குரிய முறையில் செய்திருத்தல் வேண்டும். உதாரணமாக எமது நாட்டு கால நிலைக்கு ஏற்ப கூரை செய்யும் போது மூன்று அடி நீளமான rubber lining போடுதல் வேண்டும். இல்லாவிடில் Snow காலத்தில் Snow கரையும் போது கூரையில் ஒழுக்கு ஏற்படும். இப்படியான பிரச்சினைகளைத் தவிர்ப்பதற்கு பதிவு செய்யப்பட்ட Contractors ஆக இருந்தால் அவர்கள் அவர்களது Contractல் முக்கியமாகத் தேவைப்படும் சொற்களை உள்ளடக்க வேண்டியிருக்கும்.

முடிவாக, Contractor உங்கள் வீட்டில் உள்ள acoustic tilesஐ மாற்றுவதற்கு குறைந்த செலவுடன் உடன்படுகின்றார் என்றால் இது ஒரு asbestos இனத்துடன் சேர்ந்தது எனத் தெரியாமல் இருக்கலாம். அல்லது அதனால் ஏற்படும் சுகாதாரக் கெடுதலை அறியாதவராக இருக்கலாம். காரணம் asbestos சரியாக பராமரிக்காத இடத்தில் Cancer போன்ற வியாதிகள் எம்மைப் பாதிக்கலாம். அத்தோடு asbestosஐ அதில் Licence உள்ளவர்கள் மட்டும் தான் அதற்குரிய இடத்தில் கொண்டு சென்று எறிவதற்கு அனுமதி உண்டு.

ஆகவே நாம் ஒரு வேலையைச் செய்வதற்கு முன்பு சரியான முறையில் Licence உள்ள சில Contractorஐ அணுகி அவர்களது வேலைத் திறனையும், செலவையும் அறிந்த பின்பு Contractorஐத் தெரிவு செய்வது நல்லது. இல்லாவிடில் நாம் பணத்தை மட்டும் விரையம் செய்வது மட்டுமல்லாது, எமது சுகாதாரத்தை கெடுப்பதற்கும் வாய்ப்புக்கள் வரலாம்.

alan.sivasambu@thaiveedu.com



9 / 11



கந்தசாமி கங்காதரன்

அமெரிக்கக் கண்டத்தில் ஐக்கிய அமெரிக்காவை நிம்மதியாக இருக்கவிடாமற் செய்யும் நாடுகள் என்று கருதப்படுபவை இரண்டு.

ஒன்று அண்மைக்காலத் தலைவலி வெனிசுவெலா. மற்றையது பொன்விழாக் கண்டும் தொடரும் கபாலக்குத்து கியூபா.

இடையே '70களின் தொடக்கத்திலும் ஒரு குடைச்சல் தொடங்கியது. ஆனால், எல்லா வித வளங்களையும் பயன்படுத்தி அதனை முளையிலேயே கிள்ளிவிட்டதோடு, மீண்டும் துளிர்க்காமலும் மிகக் கவனமாக இருந்து வருகின்றது அமெரிக்கா.

சல்வடோர் அயென்டே....!

இடதுசாரிகளுக்கு இனிப்பான பெயர். எனவே அமெரிக்காவுக்கு இனிக்காத பெயர். தென்னமெரிக்காவின் மேற்குக்கரையோரத்தின் பெரும்பகுதியைத் தன்வசம் கொண்டுள்ள சிலி நாட்டின் ஜனாதிபதியாக 1970-1973வரை இருந்தவர் சல்வடோர் அயென்டே. உலகில் முதன்முறையாக ஒரு குடியாட்சி நிலவும் நாட்டின் தலைவராக தேர்தல் மூலம் தெரிவு செய்யப்பட்ட மார்க்சியவாதி.

மார்க்சியவாதி ஜனாதிபதியாவதா...?

அதுவும் அமெரிக்க நலன்கள் கட்டிக்காக்கப்படும் தென்னமெரிக்கக் கண்டத்தில்....?

மூக்கு வியர்க்குமே சிலருக்கு....

வியர்த்தது!

1970 செப்டம்பரில் நடைபெற்ற குடியரசுத் தலைவர் தேர்தலில் Popular Unity கூட்டணி சார்பிற் போட்டியிட்ட அயென்டே 36.3% வாக்குகளைப் பெற்றார். Christion Democrat Party சார்பிற் போட்டியிட்ட Radomiro Tomic 27.9% வாக்குகளைத் தனதாக்கிக் கொண்டார்.

முன்னர் குடியரசுத் தலைவராயிருந்த Conservative Party of Chileஇன் வேட்பாளர் Jorge Alessandri 35.8 % வாக்குளையே பெற்றார். நூலிழையில் வெற்றிவாய்ப்பையும் நழுவவிட்டார்.



அதிகூடிய வாக்குகளைப் பெற்றவர் அயென்டே என்றாலும் அறுதிப்பெரும்பான்மை இல்லை. அயென்டே பதவியேற்பதை விரும்பாத சக்திகள் அயென்டேவுக்கு எதிராகக் கைகோர்த்துக்கொண்டு களமிறங்கினர். Christian Democrat கட்சியினர் இந்நிலையில் Alessandriக்கு ஆதரவான நிலைப்பாட்டிலிருந்தனர். பெரும்பாலான செனட்டர்கள் அயென்டே மார்க்சியவாதி என்பதாலேயே Alessandriக்கு ஆதரவான நிலைப்பாட்டிலிருந்தனர். இந்த இடத்தில், அயென்டே, இராஜதந்திர நகர்வொன்றை மேற்கொண்டார். Christian Democrat கட்சியுடன் அரசியல் யாப்பு உத்தரவாத ஒப்பந்தமொன்றைக் கைச்சாத்திட்டார். Christian Democrat கட்சியின் செனட்டர்கள் அயென்டே மீது நம்பிக்கை கொண்டனர். அயென்டே சிலியின் குடியரசுத் தலைவரானார்.

ஆனால், அறுதிப் பெரும்பான்மை இல்லாத ஒருவர் பதவியேற்றதைப் பல அரசியல் நோக்கர்கள் விமர்சித்தனர். ஆனால், தேர்தல் நடைபெற்ற முறைகுறித்து எந்தவிதமான குற்றச்சாட்டுகளும் எழுப்பப்படவில்லை.

சரி, இனி அயென்டே என்ன செய்தார்...?

சோஷலிசத்துக்கான சிலியின் பாதை (The Chilean Way to Socialism) என்ற கொள்கையைப் பிரகடனம் செய்து நடைமுறைக்கும் கொண்டுவந்தார். இந்தக் கொள்கையின்படி பெருந்தொழில்கள் குறிப்பாகச் செப்பு உற்பத்தி, மருத்துவ வசதி, கல்வித்திட்டம் என்பன முழு அரசுடைமையாக அல்லது அரச கட்டுப்பாட்டிற் கொண்டுவரப்பட்டன. மண்ணின் மைந்தர்களுக்கு நிலம் பகிர்ந்தளிக்கப்பட்டது. (பணக்காரர்கள், வணிக நிறுவனங்களின் பிடியில் இருந்த நிலங்கள் இவை) சிறுவர்களுக்குத் தினமும் இலவசப் பால் வழங்கும் திட்டம் செயற்படுத்தப்பட்டது. பல விடயங்களில் Christian Democrat கட்சி நிலைப்பாடும் ஆதரவாக இருந்தது. அயென்டேயுக்கு முந்திய குடியரசுத் தலைவர் Frei, அமெரிக்க நிறுவனங்களின் முழுக்கட்டுப்பாட்டிலிருந்த செப்பு உற்பத்தித் தொழிலின் 51% பங்குகளைத் தேசியமயமாக்கியிருந்தார். அயென்டே எஞ்சியிருந்ததையும் பிடுங்கிவிட்டார். சுரண்டிப் பிழைத்துக் கொண்டிருந்த அமெரிக்க நிறுவனங்களுக்கு எதுவிதமான இழப்பீடுகளும் வழங்கப்படவில்லை. முழங்கைதான்...

விடுவார்களா?



சல்வடோர் அயென்டே - Salvador Allende

26 ஜுன் 1908 - 11 செப்டெம்பர் 1973

> **சிலி குடியரசு**
>
> **தென்னமெரிக்காவில் மேற்குக் கரையோரத்திலுள்ள ஒரு நாடு. தெற்கு வடக்காக 4,630 கி.மீ. நீளம். குறுகலான நாடு. அதிகூடிய அகலம் 430கி.மீ. பரப்பளவு 756,950 சதுர கி.மீ. மக்கள் தொகை (2007) ஏறக்குறைய 17 மில்லியன். எல்லைகள் - ஆர்ஜென்டீனா, பொலிவியா, பெரு. முதன்மை மொழி ஸ்பானியம். தென்பகுதியில் ஜெர்மன், குரோஷிய மொழிகள் பேசும் மக்கள் குறைந்தளவில் வாழ்கின்றனர்.**

சதிவலை பின்னுதல் தீவிரமானது.

சிலியில் குடியரசுத் தலைவரின் பதவிக்காலம் 6 ஆண்டுகள். நாட்டின் பொருண்மியத்தை மறுசீரமைப்பதற்கான முன்நடவடிக்கைகளுக்குப் போதுமான காலம். ஆனால் எந்தவிதமான திட்டங்களும் தயாராக இல்லாமலிருந்தது. மறுசீரமைப்புத் திட்டங்களை உருவாக்குவது மட்டுமல்லாது அயென்டேயின் கொள்கைகளை, திட்டங்களைத் தொடரக்கூடிய ஒருவர் அடுத்து ஆட்சிக்கு வருவதும் இன்றியமையாதது.

ஆனால்..

Popular Unity கட்சியும் Christian Democrat கட்சியும் சேர்ந்து பெரும்பான்மை பலத்தோடு தொடங்கிய மாற்றங்களுக்கு எதிர்ப்புக்கள் கிளம்பின. நில உரிமையாளர்கள், கொஞ்சம் மத்தியதர வர்க்கத்தினர், வலதுசாரி National Party, இவர்களோடு, பின்னாளில் 1973ம் ஆண்டின் கல்வித்திட்டத்தினால் அதிருப்தியடைந்திருந்த ரோமன் கத்தோலிக்கத் திருச்சபையும் இணைந்துகொண்டது.

சிலி நாட்டின் சட்டவாக்கப் பிரிவான, 38 நாடாளுமன்ற உறுப்பினர்களைக் கொண்ட Congressஇல் இதுவரையில் அயென்டேயுக்குத் தோள்கொடுத்த Christian Democrat கட்சி National Partyயுடன் கூட்டுச் சேர்ந்து கொண்டது.

நீர்ப்பாசனம் பெறும் 80 ஹெக்டேயர் பரப்பளவுக்கு மேல் நிலம் இருந்தால், மேலதிக நிலம் அரசுடமையாக்கப்பட்டு நிலமற்றோருக்குப் பகிர்ந்தளிக்கப்படுவதுதான் அயென்டேயின் திட்டம். ஏழை மக்களின் சமூக, பொருண்மிய நலத் திட்டங்கள்கூட அவர் மனதில் உருவாயிருந்தன. தேசிய மயமான நிறுவனங்களிலும் பொது வேலைத்திட்டங்களிலும் கூட ஏழைகளை வேலைக்கமர்த்துவதும் முடிவாகியிருந்தது.

1971இன் இறுதியில் கியூபத் தலைவர் ஃபிடெல் காஸ்ட்ரோ 4 கிழமைப் பயணமொன்றினை மேற்கொண்டார். இது சோஷலிசத்துக்கான சிலியின் பாதையென்பது கியூபாவின் பாதையில் சிலியைக் கொண்டுபோகும் என்ற பலரின் எண்ணத்துக்கு வலுச்சேர்த்தது.

செப்பு ஏற்றுமதியை மட்டுமே நம்பியிருந்த சிலிக்கு உலகசந்தையில் செப்புவிலை வீழ்ச்சி பெரும் பாதிப்பை ஏற்படுத்தியது. பொருண்மியம் ஆட்டங்கண்டது. பணவீக்கம் அதிகரித்தது.

ஆனாலும் 1973இன் முற்பகுதியில் நடைபெற்ற நாடாளுமன்றத் தேர்தலில் அயென்டேயின் கட்சி 43% வாக்குளைப் பெற்றது.

Christian Democrat கட்சிக்கும் National Partyக்கும் இடையிலான கூட்டணி தொடர்ந்தது. அயென்டேயின் ஆட்சிக்கு ஆக்கினைகளும் தொடர்ந்தன.

அயென்டேயுக்கு முந்திய குடியரசுத்தலைவர் Frei, சோவியத் ஒன்றியத்துடனான உறவுகளை அதிகரித்திருந்தார். அயென்டே அமெரிக்காவுடனான உறவுகளைச் சுமுகமாக்க முயற்சி செய்தார். செப்பு உற்பத்தியைத் தேசியமயமாக்கியது அமெரிக்காவைச் சீண்டியது போலாகிவிட்டது. அமெரிக்க உதவிகள், கடன்கள் நிறுத்தப்பட்டன. எதிர்கட்சிகளுக்கான அமெரிக்க ஆதரவு அதிகரித்தது. நிலைமையைச் சமாளிக்க சோவியத் ஒன்றிய முதலீடுகள் நாடப்பட்டன. ஆனாலும் எதிர்பார்த்த அளவு உதவி சோவியத் ஒன்றியத்திலிருந்து கிடைக்காதது அயென்டே அரசுக்கு விசனத்தை ஏற்படுத்தியது. சோவியத் ஒன்றியம் கடனை வழங்கிவிட்டு அந்தப் பணத்திற்கு சோவியத் உற்பத்திப் பொருட்களை விற்க முனைந்தது. சீனா மற்றும் சில கிழக்கைரோப்பிய நாடுகள் சோவியத் ஒன்றியத்திலும் பார்க்க அதிக உதவிகளை வழங்கின.

அதிக உதவி கோரி அயென்டே 1972இல் மேற்கொண்ட மொஸ்கோப் பயணமும் பயன் தரவில்லை. சோவியத் ஒன்றியம் கைவிட்டதென்றால்...

அமெரிக்காவும் தருணம் பார்த்துக் காத்திருந்தது.

அப்போதைய அமெரிக்கத் தலைவர் ரிச்சாட் நிக்சன். வியட்னாம் போர், பனிப்போர் போன்ற தொல்லைகள் போதாதென்று கியூபாவும் அருகேயிருந்து கொண்டு குடைச்சல் கொடுத்துக்கொண்டிருக்கும் வேளையில் மேற்குலகில் இன்னொரு மார்க்சிய அரசு அமைந்ததைப் பார்த்துக் கொதித்துக்கொண்டிருந்தார்.

அமெரிக்காவுக்குப் பிடிக்காத ஒரு விடயம் தொடரலாமா? ஒக்டோபர் 16, 1970இல் சிலியில் இருந்த சி.ஐ.ஏ அதிகாரிகளுக்கு ஓர் அறிவித்தல்.

'அயென்டேயின் ஆட்சி கவிழ்க்கப்பட வேண்டுமென்பது உறுதியான நிலைப்பாடு. எல்லா வழிகளிலும் இதற்கான முயற்சிகளைத்

74ம் பக்கம் பார்க்க...

வீட்டு உடைமையும் நிதி உதவியும்

- முதல் தடவையாக வீடுகள் வாங்கும் வாடிக்கையாளர்களுக்கு, Montrealல் நியாயமான விலையில் வீடுகள் வாங்கும் வசதி செய்வதற்கு, வீட்டு உடைமை செயற்திட்டம் நிதி உதவி அளிக்கிறது.
- சாதாரணமாக ஒருவர் அதிகளவு கொடுத்து வாங்ககூடிய நியாயமான விலையிலுள்ள புதிய வீடுகள், விலைக்கு வாங்கும் நேரத்தில் குழந்தைகள் இல்லாத குடும்பத்தாருக்கு 180,000 டாலர் விலையிலும் மற்றும் 18 வயதுக்கும் கீழ் உள்ள ஒரு குழந்தை கொண்ட குடும்பத்தாருக்கு 235,000 டாலர் விலையிலும் வாங்கும்போதும்.
- அந்தச் சொத்து Novoclimat energy efficiency programஆல் அத்தாட்சிப்படுத்தப்பட்டால் மேற்காட்டிய விலை $2,500 வரை அதிகரிக்கலாம். முறையே 187,500, 230,500. தற்போது வாடகை வீட்டில் குடியிருக்கும் குத்தகைதாரர்கள், வாடிக்கையாளர்கள்) தங்கள் வசிக்கும் வீடுகளை விலைக்கு வாங்க விரும்பினால் அதற்கும் நகர வீட்டு கழகம் நிதி உதவி அளிக்கும். Novoclimat energy efficiencyயினால் நற்சான்றிதழ் செயற்திட்ட துறையிலிருந்து பெறவேண்டுமெனில், விலைக்கு வாங்கும் விலையை 2500 டாலர்வரை அதிகரிக்கலாம்.
- இத்திட்டத்தில் இரண்டு முதல் ஐந்து unitகள் கொண்ட கட்டிடங்கள் மட்டுமே தகுதியுள்ளவையாகின்றன. அத்தோடு, முழுகட்டிடமும் குடியிருக்கத் தகுந்ததாக இருக்கவேண்டும். மேலும் சொத்தின் மதிப்பு செயற்திட்டத்தினால் நிர்ணயிக்கப் பட்ட மதிப்பைவிட கூடுதலாக இருக்க கூடாது.
- விண்ணப்பிப்பதற்கான விண்ணப்பப் படிவங்கள் இந்த வலைதள பக்கத்தின் http://ville montreal.qc electronic format லும் அல்லது அனைத்து Acces Montreal அலுவலகங்களில் அச்சடிக்கப்பட்ட formatலும், வட்டார சேவை நிலையங்களிலும் அல்லது Servicedela mise en valeur du territoire et du patrimoineல் அமைந்துள்ள வரவேற்பு அலுவலகத்திலும் கிடைக்கும். இந்த வரவேற்பு அலுவலகம்

303 rue Notre- Dame Est,
4th floor, Montreal, Qc,
H2 Y3 Y8 என்ற முகவரியில் உள்ளது.

இந்த செயற்திட்டத்தின் உண்மையான நோக்கங்கள் எவை?

நியாயமான விலை கொடுத்து முதன் முதலில் புதிய வீடுகளை வாங்க விரும்பும் வாடிக்கையாளர்களுக்கும் மற்றும் தாங்கள் குடியிருக்கும் வாடகை கட்டிடத்தை (இரண்டு முதல் ஐந்து வசிப்பிடங்கள்) விலைக்கு வாங்க விரும்பும் குத்தகைதாரர்களுக்கும் உதவுவதே இந்த செயற்திட்டத்தின் குறிக்கோளாகும். முக்கியமாக குறிப்பிடவேண்டுமெனில் கீழ் கண்ட இலட்சியங்களுக்காக இந்த செயற் திட்டம் வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது.

- Montrealல் நிலையான சொத்துகள் வாங்கும் குத்தகைதாரர்களுக்கு உதவுதல்.
- நியாயமான விலையில் புதிய வீடுகளை கட்டுவதற்கு கட்டிடங்கள் கட்டுமான தொழில் செய்பவர்களை ஊக்குவித்தல். அந்த வகையான வீடுகளின் தேவையை அதிகரிக்கச் செய்தல்.
- வாடகை வீடுகளில் குடியிருக்கும் குத்தகைதாரர்கள், அந்த வீடுகளை நல்ல முறையில் பேணி பாதுகாப்பதற்கும், வீட்டு உடைமைக்காரர் மற்றும் குத்தகைதாரருக்கிடையே நல்லுறவை வளர்ப்பதற்கும் Montrealல் குடியிருப்பவர்கள் தங்கள் சுற்றத்தாருடன் சுமுகமாக பழகுவதற்கும், மற்றும் குத்தகைதாரர்கள் விரும்பினால் அவர்கள் குடியிருக்கும் வீடுகளை விலைக்கு வாங்குவதற்கும் உதவி செய்தல்.

நிதி உதவி பெறுவதற்கு யார் தகுதி உள்ளவர்?

நியாயமான விலையில் விற்கபடும் புதிய வீடுகளை முதன் முதலில் வாங்கும் தனிப்பட்ட நபர்கள் வாடகை வீடுகளில் குடியிருக்கும் குத்தகைதாரர்கள், ஆகியோர் இந்த செயற்திட்டத்தின் தேவைகளை நிறைவு செய்தால், நிதி உதவி பெறும் தகுதியை அடைவர். விலைக்கு வாங்குபவர்கள் கடந்த ஐந்து வருடங்களுள் Qubecல் எந்த சொத்துகளுக்கும் உடைமைக்காரராக இருக்கக் கூடாது.

எந்த வகையான சொத்து தகுதி உடையவை ?

கீழ்கண்டவைகளில் ஒன்றை வாங்கினால் நிதி உதவிக்கான தகுதியை பெறலாம்.

- வாங்கப்படும் புதிய வீட்டின் விலை, வரிகள் மற்றும் பிறசெலவுகள் உட்பட்ட விலை, இந்தச் செயல்திட்டத்தின் Assistance tabel நிர்ணயிக்கப்பட்டுள்ள தொகைகளை விட கூடுதலாக இருக்கக்கூடாது.
- நிதி உதவி பெறுவதற்காக விண்ணப்ப படிவத்தில் குறிக்கப்பட்ட, தற்போது குடியிருக்கும் இரண்டு முதல் ஐந்து வசிப்பிடங்களை கொண்ட வாடகை வீடுகளின் நிலம் மற்றும் கட்டிடத்தின் நகர மதிப்பீட்டு Assistance tabel பட்டியலிடப்பட்டுள்ள விலை இத்திட்டத்தால் நிர்ணயிக்கப்பட்ட விலையைவிட கூடுதலாக இருக்கக் கூடாது. கட்டிடம் முழுவதும் குடியிருக்கத் தகுந்ததாக இருக்கவேண்டும்.

இந்த செயற்திட்டம் உள்ளடக்கும் நிலப்பகுதி எது?

Montreal முழுவதும் இந்த செயற்திட்டம் உபயோகப்படுத்த கூடியதாக இருக்கும்.

எவ்வளவு தொகை நிதி உதவியாக கிடைக்கும்?

சொத்து மற்றும் வீடுகளின் வகையை பொறுத்து பண உதவி மாறுபடும். புதிய வீடுகளை பொறுத்தவரையில் குடும்பத்தினரும் கருத்தில் கொள்ளப்படுவர்.

சொத்துவகை	உயர்நதபட்ச தகுதியிலான வாங்கும் விலை	உயர்ந்தபட்ச தகுதியிலான சொத்தின் மதிப்பு	நிதி உதவி தொகை
குழந்தைகள் இல்லாத வீட்டில் குடியிருக்கும் குடும்பத்தினர்.	180,000 டாலர்		6,500 டாலர்
விலைக்கு வாங்கும் தேதியன்று 18 வயதுக்கும் கீழ்உள்ள ஒரு குழந்தையை கொண்ட புதிய வீட்டில் வசிக்கும் குடும்பத்தினர்.	235,000 டாலர்		10,000 டாலர்
தற்போது வசிக்கும் இரட்டை Duplex வீடு		296,000 டாலர்	5,500 டாலர்
தற்போது வசிக்கும் triplex வீடு		346,000 டாலர்	7,500 டாலர்
தற்போது வசிக்கும் fourplex வீடு		398,000 டாலர்	8,000 டாலர்
தற்போது வசிக்கும் fiveplex வீடு		455,000 டாலர்	8,500 டாலர்

வரிகள் மற்றும் பிற செலவுகள் உட்பட்டது. இந்த செயற்திட்டத்தின் நோக்கத்திற்காக நிலபதிவு கையேட்டில் பதிவு செய்யப்பட்ட தேதி வாங்கும் தேதியாக கருதப்படும்.

சொத்து Novoclimat energy efficiency செயற்திட்டத்தால் நாற்சான்றிதழ் வழங்கபட்டால், சொத்தின் உயர்ந்த பட்ச விலையை 2500டாலர் கூடுதலாக ஆக்கமுடியும். புதிய வீட்டை விலைக்கு வாங்கி அதில் குடியிருக்கும் அந்த வீட்டு உடைமைக்காரர் செயற் திட்டத்தின் மற்ற அனைத்து தேவைகளையும் நிறைவு செய்துவிட்டால், அவருக்கு ஒற்றை தவணையில் அனைத்து நிதி உதவி பணமும் வழங்கப்படும்.

வேறு பிரத்தியேகமான ஏதாவது செயற்திட்ட தேவைகளை நிறைவு செய்ய வேண்டுமா? அனைத்து சொத்து வகைகளுக்கும்:

விண்ணப்பதாரர்கள் கடந்த ஐந்து வருடங்களில் Qubecல் எந்த வகை குடியிருப்பு சொத்துகளுக்கும் உடைமைக்காரர் இல்லை என்பதை நிரூபிக்கவேண்டும்.

சலுகை விலை திட்டத்தில் வீடுகளை விலைக்கு வாங்கியதின் அடிப்படையில் நிதி உதவி அளிக்கப்படும் என்று தெரிவித்த பின், 18 மாதங்களுக்குள் விலைக்கு வாங்கியது சம்பந்தமான கொடுக்கல் வாங்கல்கள் எழுதப்பட்ட ஒப்பந்தம் பூர்த்தி செய்யப்பட வேண்டும். விலைக்கு வாங்கிய தேதியிலிருந்து ஆறு மாதங்கள் வரை விண்ணப்பதாரர்களுக்கு, நிதி உதவி பணத்தொகை பெறுவதற்கான அனைத்து ஆவணங்களையும் சமர்ப்பிப்பதற்கு, நேரம் அளிக்கப்படும்.

விலைக்கான ஒப்பந்த உடன் படிக்கையின் அடிப்படையில் விண்ணப்பிக்கும் போது, ஒப்பந்த உடன்படிக்கை தேதி கையொப்பமிட்ட அறு மாதங்களுக்குள் விண்ணப்பப் படிவம் சமர்ப்பிக்கப்பட வேண்டும். நிதி உதவிக்கான அங்கீகாரம் கிடைத்த ஆறு மாதங்களுக்குள் விண்ணப்பதாரர்கள் பண உதவி பெறுவதற்கான அனைத்து ஆவணங்களையும் சமர்ப்பிக்க வேண்டும்.

மற்ற செயற்திட்ட நிபந்தனைகள் இருந்த போதிலும், அனைத்து விண்ணப்பங்களும் 2009, டிசம்பர் 31ஆம் தேதிக்கு முன்பு சமர்ப்பிக்கப்பட வேண்டும்.

புதிய சொத்துகளுக்கு:

- விண்ணப்பதாரர் முதன் முதலில் சொத்தை வாங்குபவராக இருக்கவேண்டும்.
- சொத்தை வாங்குவதற்கு முன் அதில் அதிகபட்ச அளவு 12 மாதங்கள் வரை விண்ணப்பதாரரை தவிர வேறுயாரும் குடியிருந்திருக்க கூடாது.
- புதிய வீடுகளுக்கான ஒரு உத்திரவாத செயற்திட்டத்தின் கீழ் சொத்து பதிவு செய்யப்பட்டிருத்தல் வேண்டும்.

தற்போதைய குடியிருப்பு கட்டிடங்களுக்கு

- வீட்டை வாங்கும் தேதிக்கு முன் குறைந்தது ஆறு மாதங்கள் காலமாவது குத்தகைதாரராக அந்த வீட்டில் குடியிருந்ததை விண்ணப்பதாரர் நிரூபிக்கவேண்டும்.
- விற்பனைக்கு முன்னதாக பன்னிரண்டு மாதங்களின்போது விற்பனையாளர் அந்த கட்டிடத்தில் குடியிருந்திருக்க கூடாது.
- விண்ணப்பிப்பதற்கு குறைந்தது பத்து வருடங்களுக்கு முன்னதாக கட்டிடம் கட்டப்பட்டிருக்க வேண்டும் அல்லது குடியிருப்பு வசதியுடன் மாற்றப்பட்டிருக்க வேண்டும்.
- விலைக்கு வாங்கும் நேரத்தில் கட்டிடம் கூட்டுரிமை (கொண்டமினியம்) உடையதாக இருக்க கூடாது.

உடமைக்காரர் ஆற்ற வேண்டிய கடமைகள் எவை?

விலைக்கு வாங்கிய நேரத்தில் இருந்து குறைந்தது மூன்று வருடங்களாவது விண்ணப்பதாரர் சொத்தை ஒரு முக்கியமான இருப்பிடமாக கருதி வசிக்க வேண்டும்.

விண்ணப்பதாரர் விருப்பப்படும் ஒரு notary அதிகாரியின் மூலம் கட்டிடத்தின் பத்திரம், அரசு நில பதிவேட்டில் சட்டப்பூர்வமாக பதிவு



செய்யப்பட வேண்டும். இதற்குnotary அதிகாரிகளுக்கு ஒரு குறிப்பிட்ட கட்டணம் அளிக்கப்பட வேண்டும்.

நிதிஉதவி அளிக்கப்படும் என்ற அங்கீகாரம் கிடைத்தவுடன் குறைந்தது மூன்று வருடங்களுக்காவது, இரண்டு முதல் ஐந்து வசிப்பிடங்கள் கொண்ட கட்டிடங்களை ஒரு கூட்டுரிமை (கொண்டமினியம்) உடைய கட்டிடமாக பிரிக்க முடியாது. விண்ணப்பதாரர் விருப்பப்படும் ஒரு அதிகாரியின் மூலம் இந்த தகவல் அரசு நிலபதிவேட்டில் சட்டப்பூர்வமாக பதிவு செய்யப்படவேண்டும். இதற்கு Notary அதிகாரிகளுக் ஒரு குறிப்பிட்ட கட்டணம் அளிக்கப்பட வேண்டும்.

கட்டிட உடமைக்காரர்கள் இந்த சட்டதிட்டங்களுக்கு சம்மதிக்கவில்லை என்றால், அவர்கள் பெற்ற அனைத்து அல்லது பகுதி அளவு பண உதவியை திருப்பிச் செலுத்த வேண்டும்.

எந்த முறையில் விண்ணப்பிக்க வேண்டும்?

நிதி உதவி பெறுவதற்கு தகுதி உடைய விண்ணப்பதாரர்கள் அதற்கென உள்ள சிலவிதமான வீட்டு உடைமை செயற்திட்ட விண்ணப்ப படிவத்தை பூர்த்தி செய்ய வேண்டும். அவை எவை எனில்:
303 rue Notre-Dame Est,
4th Floor, Montreal, QC H2Y 3Y8.
என்ற இடத்திலுள்ள service delamiscen Valcur du territoire et du patrimoine, என்ற சேவை நிலையத்தின் அனைத்து வட்டார சேவை அலுவலகங்களிலும் மற்றும் வரவேற்பு அலுவலகங்களிலும் (borough service points or the reception desk) அச்சடிக்கப்பட்ட விண்ணப்பம் கிடைக்கும்.

பூர்த்தி செய்யப்பட்ட விண்ணப்ப படிவத்தை மேற்கண்ட இடங்களில் உள்ள ஏதாவது ஒரு அலுவலகத்திற்கு தபால் மூலமாகவோ அல்லது நேரிலோ வந்து சமர்ப்பிக்க வேண்டும். அதை fax மூலமாகவும் 514 872 3883 என்ற எண்ணுக்கு அனுப்ப முடியும். விலைக்கு வாங்கும் புதிய அல்லது குடியிருக்கும் கட்டிடம் என்ற இரண்டு வகையிலும் தேவையான ஆவணங்கள் குறித்த பட்டியல் விண்ணப்ப படிவத்தில் இடம் பெற்றிருக்கும். மேலும் கூடுதல் விபரங்களுக்கு 514 872 4630 என்ற தொலைபேசி எண்ணில் அழைக்கவும்.

நன்கு கவனிக்க வேண்டியவை

ஒவ்வொரு விண்ணப்பதாராலும் ஒரு முறைப் படியான உறுதிமொழி பூர்த்தி செய்யப்பட்டு (விண்ணப்பத்தின் 4வது பகுதி) கையொப்பமிடப்பட வேண்டும் விண்ணபிக்கப்படுகிற வசிப்பிடத்தின் ஒவ்வொரு வாடிக்கையாளருக்காகவும் விண்ணப்படிவத்தின் 4வது பகுதியை விண்ணப்பதாரர் பதிவுநகல் Photocopy (xerox) எடுக்கவேண்டும்.

காத்திருந்து எதிர்பார்க்க வேண்டிய கால நேரம், மற்றும் பண உதவிக்கு அங்கீகாரம் அளிக்க கூடிய செயல் முறையை விவாதித்து, விண்ணப்ப படிவம் கிடைக்கப் பெற்ற இரண்டு வாரங்களுக்குள் நகர நிர்வாகம் விண்ணப்பாதாரருக்கு ஒரு கடிதம் அனுப்பும். இந்த செயற்திட்டம் சம்பந்தமான கூடுதல் விபரங்களுக்கு தொலைபேசி எண் 514 872 4630.

விண்ணப்பிப்பதற்கான செலவு

இந்த செயல்திட்டத்தின்கீழ் நிதி உதவி பெறுவதற்கான விண்ணப்பங்களுக்கு நகர நிர்வாகம் கட்டணம் எதுவும் அறவிடாது.

sugumaran.sinnaiah@thaiveedu.com

■ ■ ■

உயிரியல் எரிபொரு...

62ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

இருந்தாலும் சூரிய மின் ஆற்றலால் இயங்கும் வெப்பமாக்கும் கருவிகளை ஆயிரக்கணக்கிலான வீடுகளில் நிறுவுவதற்கு பெரிய அளவிலான முன்னோடி திட்டங்கள் வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளன. அதனால் கீழ்கண்ட விஷயங்களை செயல்படுத்த முடியும்:

- தொழிற் சாலைகளின் திட்ட அளவுகளையும் மற்றும் நாற்சான்றிதழ் செய்முறைகளையும் வளர்ச்சியடையச் செய்யமுடியும்.
- கட்டிட கட்டுமான விதிகள், மாநில மற்றும் நகரசபை விதிமுறைகளில் புதிய தொழில் நுட்பங்களை கடைப்பிடிக்க முடியும்.
- திட்ட வடிவமைப்பாளர்கள், தொழில் நுட்ப வல்லுனர்கள் மற்றும் இயந்திரங்களை நிறுவுபவர்கள் ஆகியோர் பயிற்சி பெற முடியும்.

இதற்கு உதவிகள் கிடைக்குமா?

மரபுசாரா வெப்பத்தை உற்பத்தி செய்யும் சூரிய சக்தி மூலம் வெப்பமாக்கும் உபகரணங்களை வாங்கும் தொழில் நிறுவனங்கள் மற்றும் கல்வி நிலையங்களுக்கு ஊக்கத் தொகை வழங்கப்படும். அவர்களுடைய செயல்முறை திறன் ஊக்கத்தொகை விகிதம் மற்றும் சூரிய சக்தியை சேகரிக்கும் இடம் ஆகியவற்றின் பெருக்கல் எண்ணிக்கை அடிப்படியில், அவர்களுக்கு வழங்கப்படும் ஊக்கத் தொகை கணக்கிடப்படும்.

ஊக்கத் தொகைகளுக்கு யார் தகுதி உள்ளவர்கள்?

தொழில் நிறுவனங்கள், தொழிற்சாலைகள் மற்றும் பொதுத்துறை ஸ்தாபனங்கள் ஆகியன தகுதியுள்ளவை.

தகுதிக்கு ஏதாவது விதிமுறைகள் மற்றும் நிபந்தனைகள் உண்டா?

ஆம். சில விதிமுறைகள் மற்றும் நிபந்தனைகள் உண்டு.

எப்படி விண்ணப்பிக்க வேண்டும்?

விதிமுறைகள் மற்றும் நிபந்தனைகளை தெரிந்து கொண்டு, சூரிய தண்ணீர் விண்ணப்பபடிவம் அல்லது சூரிய காற்று விண்ணப்பபடிவத்தை பூர்த்தி செய்து அனுப்புங்கள்.

அனைத்து விண்ணப்ப படிவங்களும் கைஒப்பமிடப்பட்டு 2010 அக்டோபர் 31ஆம் திகதிக்குள், fax மூலம் 613-943-6517 என்று எண்ணுக்கு அல்லது தபால் மூலம் கீழ்கண்ட முகவரிக்கு அனுப்பப்பட வேண்டும்.

**Eco Energy for Renewable Heat,
Renewable and Electrical Energy Division,
Natural Resources Canada,
615, Booth Street, Room 150, Ottawa,
Ontario, K1A 0E9.**

மேலும் கூடுதல் விபரங்கள்

மேலும் கூடுதல் விபரங்கள், மற்றும் கேள்விகளுக்கான பதில்களைப் பெறுவதற்கு தொடர்பு கொள்ளவேண்டிய Fax: 613-943-6517, e-mail: ecoenergyhp@nrcan.gc.ca

kannan.k@thaiveedu.com

■ ■ ■

தாய்வீடு பத்திரிகை பற்றிய விமர்சனங்களை எதிர்பார்க்கின்றோம். விமர்சனங்கள் எம்மை ஓர் ஆரோக்கியமான பாதையில் இட்டுச்செல்லும்.

E-mail:thaiveedu@gmail.com
Fax: 416-849-0594
Tel: 416-646-3422

இம் மாதத்திற்குரிய முக்கிய குறிப்புக்கள்

ஓகஸ்ட் மாதக் குறிப்புகள்

- 7ஆம் திகதி Labor day அன்று தான் உங்கள் கோடை காலத்தின் கடைசி விடுமுறை நாள் எனவே BBQவுடன் கோடைகாலத்திற்கு விடை கொடுங்கள்.
- கோடைகாலத்தில் வெளியே அமர்வதற்குப் பயன்படுத்தும் தளபாடங்களை பாதுகாப்பான இடத்தில் பத்திரப்படுத்துங்கள்.
- கோடைகாலத்திற்குரிய ஆடைகளை பாதுகாப்பாக சேமித்து வையுங்கள்.
- லினன் (Linen) படுக்கை விரிப்புகளுக்குப் பதிலாக கம்பளி (Flannel) படுக்கை விரிப்புக்களை விரியுங்கள்.
- கனலடுப்பில் (Oven) வைத்துப் பயன்படுத்திய பாத்திரங்களை சுத்திகரியுங்கள். இவற்றை சுத்திகரிக்க முடியாவிடின், புதிய பாத்திரங்களைப் பயன்படுத்துங்கள்.
- சுத்தமான ஈரமான துணியால் துடைப்பதன் மூலம் உங்கள் சலவை இயந்திரத்தின் உட்பகுதியை சுத்தப்படுத்துங்கள். பின்னர் வெப்பமான நீரை இட்டு சிறிதளவு நேரத்திற்கு இயந்திரத்தை இயக்குங்கள். சில சலவை இயந்திரங்களிற்கு வெளிறச் செய்யும் தூள் (Bleaching powder) இட்டு தூய்மை செய்ய வேண்டியதாயிருக்கும்.
- துணிகளைக் காயவைக்கும் இயந்திரத்தின் துவாரங்களுள் துணிகளின் நூல் மற்றும் ஏனைய தடைகள் காணப்படுகின்றதா என்பதை அவதானித்து அகற்றுங்கள்.
- வெப்பமேற்றல், காற்றூட்டல், வளிசீராக்கல் (Heating, Ventilation and Air conditioning (HVAC) போன்றவற்றுக்காக பயன்படும் குழாய்களின் வடிகட்டியை உற்பத்தியாளரின்படி, சுத்திகரிப்பதன் மூலம், வளியில் காணப்படும் அழுக்குகள் வீட்டினுள் சுற்றோட்டத்திற்கு உட்படுவதைத் தடுக்க முடியும்.
- வீட்டின் உட்புற தளத்தின் பலகைகள் (Base boards), சுவர்கள், தளபாடங்கள் என்பவற்றின் தூசுகளை அகற்றுங்கள்.
- கதவுகளின் குமிழ்களை (knobs) மென்மையான தூய்மையாக்கி கொண்டு சுத்திகரியுங்கள்.
- இலையுதிர்காலத்திற்குரிய தாவரங்களை நடுவதற்கு உங்கள் தோட்டத்தைத் தயார்ப்படுத்துங்கள். தோட்ட மண்ணின் 3 தொடக்கம் 6 அங்குல மேற்பரப்பை கிளறி விடுங்கள். சிறிது காலத்திற்கு ஒவ்வொரு நாளும் நீர் விடுங்கள். அத்துடன் களைகள் காணப்பட்டால் அகற்றி விடுங்கள்.
- தாவரங்களுக்கு அதிகளவு நீர் விட வேண்டாம். அதிகளவில் நீர் விடும் போது நீர் தேங்கி நிற்க வழிவகுக்கும்.

தொகுப்பு: மகேன் சிங்கராசா

ஜனநாயகத்தில் அரசியல் சாம்ராஜ்யங்கள்

தொடர் 2

- பொன் குலேந்திரன் -

மத குருமார் சாம்ராஜ்யம் வளர வழிவகுக்கிறார்கள்.

ஒரு நாட்டில் எந்த மதம் பெரும்பான்மையாக இருக்கிறதோ அம்மதத்தின் குருமார் அரசியல்வாதிகளால் கௌரவிக்கப்படுகிறார்கள். இது இலங்கையில் மட்டுமல்ல இந்தியா, பாக்கிஸ்தான், இரான் போன்ற நாடுகளிலும் இம் முறை செயல்படுகிறது. குருமார், சமுதாயத்தில் அடிமட்டத்தில் வாழ்பவர்களை தம் கைக்குள் வைத்திருக்கிறார்கள். ஏதோ இறைவனோடு அவர்களுக்கு தொடர்புண்டு என்ற மூடநம்பிக்கை மக்களுக்குண்டு. ஒரு காலத்தில் களனி மகா புத்தவிகாராவின் பீடாதிபதிக்கு மக்களிடையே நல்ல மரியாதையிருந்தது. எல்லா கெட்ட பழக்கங்கள் அவருக்கு இருந்தும் மக்கள் அதை கவனத்தில் கொள்ளவில்லை. மந்திரிகளை நியமிப்பதில் ராஜகுரு போல் செயல்பட்டார். பெண் மந்திரி ஒருவருடன் அவருக்கு தொடர்பிருந்தது. பிரதமந்திரியை கொலை செய்ய திட்டம் வகுத்து செயற்படுத்தியவர் அவர். இந்தியாவில் சந்திராசாமி போன்ற போலி இந்து சாமிகளை அரசியல்வாதிகள் கௌரவித்தனர். அவருக்கும் ராஜீவ் காந்தியின் மரணத்துக்கும் தொடர்பு இருந்ததாக பலர் நம்புகிறார்கள். ஆனால் அரசியல் செல்வாக்கால் அவர் நழுவிவிட்டார். மதகுருமாரின் ஆசி இருந்தால் தாம் பதவியில் இருக்கலாம் என்பது அரசியல்வாதிகளின் நம்பிக்கை

சிறுபான்மை மக்களில் ஒருவர் அரசியல் சாம்ராஜ்யத்தை உருவாக்குவது கடினம்.

அரசியல் சாம்ராஜ்யம் வளர ஊடகங்களினதும் அரசியல்வாதிகளினதும் ஆதரவு அவசியம். அதோடு செல்வம் தேவை. அது மட்டுமல்லாமல் வன்முறையில் ஈவிரக்கமின்றி ஈடுபடக்கூடிய மாபியா கும்பல்களின் ஆதரவு அவசியம். இது சிறுபான்மை இனத்தவர்களால் செயல்படுத்துவது கடினம். ஆனால் நேர்மையானவர், படித்த அறிவாளி, பேச்சாளர், அரசியல் சாணக்கியர் என்ற குணங்களால் மக்கள் கவரப்படுகிறார்கள். முக்கியமாக ஜீ.ஜீ.பொன்னம்பலத்தின் அரசியல் சாம்ராஜ்யத்தை நாம் அறிந்தாலும் பண்டார நாயக்கா, சேனநாயக்கா, அரசியல் சாம்ராஜ்யங்கள் போல் சக்தியுடையவை அல்ல. சிறுபான்மை அரசியல் சாம்ராஜ்யங்களை பெரும்பான்மை மக்கள் ஆதரிப்பதில்லை

அரசியல் சாம்ராஜ்யங்கள் மாபியா கும்பல்களா?

அரசியலில் வன்முறைக்கு முக்கிய பங்குண்டு. இது தென் கிழக்கு ஆசிய நாடுகளில் சர்வ சாதாரணம். அரசியல் படுகொலைகள், கடத்தல்கள், மிரட்டல்கள் எல்லாம் தேர்தலின் முதலும் பின்னரும் நடப்பதை நாம் பல வருடங்களாக கண்டுள்ளோம். கள்ள வாக்குப் போட்டு யாழ்ப்பாணத் தொகுதிகளில் பாராளுமன்ற உறுப்பினர்களான கதை இதற்கு சான்று. வயம்ப என்ற தேர்தல் தொகுதியில் தேர்தலின் போது நடந்த வன்முறை அளப்பரியது. தேர்தலில் வெற்றி பெற்ற கட்சியினர், தோல்வியைத் தழுவிய கட்சிப் பெண்மணி ஒருவரை நிர்வாணமாக வீதியால் இட்டுச் சென்றனராம். ஜனாதிபதியின் தற் பாதுகாப்பு படையே மாபியா கும்பலாக இலங்கையில் செயல் புரிந்த வன்முறைகள் பற்றிய செய்திகள் பல வெளிவந்துள்ளன. சந்திரிக்காவின் மாமனாரான ரத்வத்தையின் பிள்ளைகளின் மாபியா கும்பல்கள் செய்த படுகொலைகள் பல. சாம்ராஜ்ய வளர்ச்சியை எதிர்ப்பவர்கள் அல்லது முட்டுக்கட்டையாக இருப்பவர்களை நீக்க மாபியா கும்பல்கள் துணைபோகின்றன. தமிழ் நாட்டில் சைக்கிள் செயின் கலாச்சாரம் அல்லது அசிட் எறியும் கலாச்சாரம் நிலவுவதைக் காணலாம். ஜெயவர்தனாவின் இனத் தவரும் ஜனாதிபதியின் பதவிக்கு ஜெயவர்தனாவிற்கு பின்னர் வாரிசாக கருதப்பட்ட விஜயவர்தனா மர்மமான முறையில் விமான விபத்தில் இறந்தார். சஞ்சீவ் காந்தியின் விமான விபத்து அரசியல் எதிரிகளால் செயல்படுத்தப்பட்டதென பலர் கருதுகிறார்கள். பாக்கிஸ்தானில் இந்த மாபியா கும்பல்களின் செயல்கள் கட்டுக்கடங்கா. இந்தியாவில் இக் கூலிப் படைகளை தாதாக்கள் என்பார்கள். மும்பாய் தாதாக்கள் பணத்துக்காக எதையும் செய்யத் தயங்கமாட்டார்கள். இவர்களை பாதுகாப்பதில் அரசியல்வாதிகளும் ஒரு சில வழக்கறிஞர்களும் முக்கிய பங்குவகிப்பார்கள்.

அரசியல் சாம்ராஜ்யங்கள் நிலைக்க சில நாடுகள் துணை போகின்றனவா?

ஒரு காலத்தில் ஈராக் நாட்டின் சர்வாதிகாரியான சதாம் ஹுசெயினை அமெரிக்கா ஆதரித்தது. காரணம் ஈரானுடன் அமெரிக்காவுக்கு நல்லுறவு இல்லாதபடியால். அதே போன்ற மன்னர் ஆட்சி நடக்கும் பல மத்திய கிழக்கு நாடுகளை ஜனநாயக நாடுகளான அமெரிக்கா, பிரித்தானியா என்பன ஆதரிக்கின்றன. காரணம் அந்நாட்டில் உள்ள மசகு எண்ணெயும், மேற்கத்திய நாடுகளில் மத்திய கிழக்கு நாடுகளின் ஆட்சியாளர்கள் செய்துள்ள பண முதலீடுகளுமே. தென் அமெரிக்காவின் சர்வாதிகாரிகளைக்கூட அமெரிக்கா ஆதரித்துள்ளது. பிலிப்பைன்ஸ் தேசத்து சர்வாதிகாரி, அமெரிக்காவின் கைப்பொம்மையாய் இருந்தார். தமக்கு முதலாளித்துவ போக்கைக்கொண்டு, வெளிநாடுகளில் கல்வி கற்ற அரசியல்வாதிகளின் குடும்ப வளர்ச்சிக்கு பல மேற்கத்திய நாடுகள் துணை போவதை அவதானிக்க கூடியதாக இருக்கிறது. தேர்தலின்போது தேவையான நிதி உதவிகள்கூட தாம் தெரிந்தெடுத்த அரசியல் குடும்பங்கள் வெற்றி பெற கொடுக்கப் படுகிறது என பல எதிர்க்கட்சியினரிடமிருந்து குற்றச்சாட்டுகள் பல வந்துள்ளன. இந்த ஆதரவுக்கு காரணம், தாம் ஆதரவளித்தவர்கள் வெற்றிபெற்றால் அந்நாட்டில் முதலீடு செய்து தொழிற்சாலைகள் ஆரம்பிப்பது இலகுவாயிருப்பதென்பதேயாம். இதனை 1991ல் நடந்த ஈராக் - குவைத் போருக்குப் பின்னர் குவைத் சர்வாதிகாரிகளுக்கு அமெரிக்கா போரில் அளித்த ஆதரவுக்காக குவைத்தில் அமெரிக்காவின் சுதந்திரமான தலையீட்டைக் காணமுடிகிறது.

அரசியல் சாம்ராஜ்யங்களின் வளர்ச்சியைக் கட்டுப்படுத்த வழிகளுண்டா?

ஜனநாயகத்தில் அரசியல் சாம்ராஜ்யங்கள் வளராமல் இருக்க மக்களிடையே விழிப்புணர்ச்சி தேவை. இது மக்களின் கல்வி அறிவிலும் பொருளாதார நிலையிலும், அரசியல் பற்றிய தெளிவிலும் தங்கியுள்ளது. செல்வந்தர்களால் அடக்கி ஒடுக்கப்பட்டு வாழும் வாழ்க்கைக்கு எதிராக பல கிளர்ச்சிகள் தோன்றியுள்ளன. செல்வம், சாதி, கல்வி ஆகியவற்றில் குறைந்த கிராமப்புற வாசி ஒருவர் நாட்டின் பிரதமராக வருவது என்பது மிக கடினம். ஊடகங்கள் அவரை பல கோணங்களில் விமர்சிக்கும். உதாரணத்துக்கு பிரேமதாசா என்பவர் இலங்கையின் ஜனாதிபதியாக வருவதற்கு பல தடைகளைத் தாண்டவேண்டியிருந்தது, அவரின் சாதியையும் கல்வியறிவையும் உள்ளூர் வெளியூர் பத்திரிகைகள் விமர்சித்தன. இதேபோன்று இந்திய காங்கிரசின் சிரேஷ்ட அரசியல்வாதியான ஜகஜீவன்ராம் சாதி குறைந்தவர் என்ற காரணத்தால் பிரதமராகும் சந்தர்ப்பத்தை இழந்தார். இந்திய வரலாற்றை புரட்டிப் பார்க்கும்போது பிராமணர்களுக்கு பிரதமராக கூடிய வாய்ப்பு இருந்துவருகிறது. ஜன நாயகத்தில் அரசியல் குடும்ப வளர்ச்சியை கட்டுப்படுத்த போதிய தேர்தல் சட்டங்கள் வரவேண்டும். இரண்டு தலைமுறைக்கு பின்னர் பிரதமராகவோ அல்லது ஜனாதிபதியாகவோ வரமுடியாதென்ற சட்டம் வரவேண்டும். ஊடகங்களை அரசியல் குடும்பங்கள் தம் வளர்ச்சிக்கு சாதகமாக பாவிப்பதை கட்டுப்படுத்தும் சட்டங்கள் வரவேண்டும்.

pon.kulendiran@thaiveedu.com



TAMILS' FOCUS

Tamils' Business Cards Directory

இதுக்கு மேலேயும் இன்னுமொண்டா?



கொஞ்சம் பொறுங்கோ

இது......

- தன்னறிமுக அட்டையின் கோர்வை
- சுயகுறிப்பேடு
- கையில் எடுத்துச் செல்லக்கூடியது
- குறித்த நேரத்தில் உங்களை வந்தடைந்து விடும்
- தரமானதும் பாவனைக்குரியதும்
- மற்றவையுடன் ஒப்பிடுகையில் முற்றிலும் மாறுபட்டது

Tel : 416.548.7235

Email : tamilsfocus@gmail.com



ROOMS / BASEMENT RENT

WARDEN & ELLESMERE
Bangalow house
3 bedroom
Sri: 647 295 5716, 905 686 5472

MARKHAM & LAWRENCE
Basement 2 bedroom
Rama: 647 219 4558

WILLAIMPARKWAY & MCCOY
Brampton – basement for rent
Tharsana: 647 242 8534

HILLCROFT & BRIMELY
house rent – basement
Gneswary: 905 201 1065,
416 885 4135

MIDDLEFIELD & FINCH
Condo Rent
416 939 9353

NEILSON & FINCH
Basement
Santhy: 416 358 2467

TAPSCOTT
1 bedroom
Balakrishna: 416 609 9588

KEELE & FINCH
2 bedroom –
Near York university – students only
Kumar: 416 546 1475, 416 627 1956

BIRCHMOUNT & ST.CLAIR
Basement 1 bedoom
Selva: 416 264 0237, 416 818 8004

FINCH & STEELES
room need
Raja: 647 996 3663

SANDALWOOD & MCLOSE
rent basement
Thayananthan: 647 637 9232

MCCOWAN & ELSON
2 bedroom basement
Gana: 647 229 1413

BIRCHMOUNT & EGLINTON
1 beddroom basement
Ranjan: 416 937 2727

HOUSE FOR SALE

MCCOWAN & STEELES
condo sale
Kula: 416 792 5399, 647 808 5399

BRAMPTON
4 bedroom house for sale
Kumar: 416 816 5555

AUTO FOR SALE

HONDA CIVIC 1996
Ratha: 647 338 7316

2002 TOYATA CAMERY
Kumar: 416 265 1421

2000 TOYATA CAMERY
Raj: 416 716 2975

OTHERS

TUTION
ISLINGTON & FINCH
University tution gr 1 – gr 12
Leela: 647 343 4223

COMP REPAIR
Brampton
wireless connect
Suthan: 647 409 2045

PAINTING
house / store
Sabesh: 647 887 8349

SONY PLAY STATION
12 games – 2 wireless
Thasan: 416 459 4547

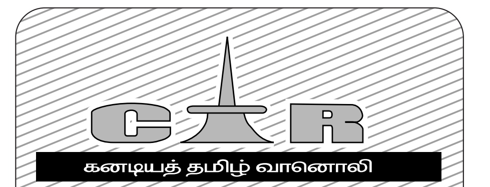
TUTION
gr 8 – gr 12
Yohankumar: 416 779 9460, 416 291 9460

CYCLE AND PIANO
Prema : 416-292-5772
416-939-7032

DUCT CLEANING
electronic product for sale
siva: 416-897-8844

TRANSLATOR & TUITION
Sabarimuthu: 416-520-6920
416-282-0951

YOGA CLASS
Stitching Class/ Yoga class
pushpa: 647-278-8445



416 264 8798

STITCHING AND MAKE UP CLASS
Pushpa: 647-278-8445

HOUSE STUFFS/ SAREES/ ETC FROM INDIA
Sekar: 416-823-3552

Morningside & Finch

2 B/R basement for rent

Living Room & Sep.
Laundry With an Eat-In Kitchen,
Close To TTC & Schools. Mins.
To Hwy.401, Mall, Hospital & Rec. Centre
5 appliances. One parking space.

647.504.5474
416.893.2683

பிரம்ரன் நகரில்
நல்ல நிலையில்
இயங்கிக்கொன்டிருக்கும்
புடவை நிலையம்
விற்பனைக்கு உண்டு

416 871 8218

நாம் அழகாய் இருக்க

தொடர் 2



சசி நரேன்
Cosmetologist & Aestheticia

சென்ற மாத ஆக்கத்திலிருந்து சருமத்தைப் பற்றிய சில விடயங்களை அறிந்திருப்பீர்கள். இம்மாதம் சருமங்களை பற்றிய விரிவாக ஆராய்வோம்.

உலர்ந்த சருமம் (Dry Skin)

குளிர் பிரதேசங்களிலும், குளிர் காலங்களிலும் இந்த வகையான உலர்ந்த நிலை சருமத்தில் ஏற்படும். மிகச் சிலருக்கு சிறு வயதிலிருந்தே சருமம் உலர்ந்து காணப்படும். இதன் அறிகுறிகள் தோல் உரிதல் வரண்டு காணப்படுதல், நீண்ட நேர உணர்ச்சி பெற்றிருத்தல் போன்ற குணங்கள் காணப்படும். இவ்வகையான சருமம் உள்ளவர்கள் தங்களின் சருமத்தில் அதிகமான கவனம் எடுத்தல் வேண்டும். இவ்வகை உலர் சருமம் உள்ளவர்களுக்கு இளம் வயதிலேயே கோடுகளும் சுருக்கங்களும் காணப்படும். இவர்கள் மாதத்திற்கு ஒரு தரம் சருமப் பாதுகாப்பு நிபுணரிடம் (Skin care spa) அணுகி தங்களின் சருமத்திற்குரிய தேவையான பராமரிப்பைப் பெற்றுக்கொள்ளல் வேண்டும். இவர்கள் Cleansing cream கொண்டு தங்களது சருமத்தை மசாஜ் செய்வது நல்லது. இது Cleansing milk போல் திரவமாக இல்லாமல் தடிமனாக இருக்கும்.

எண்ணெய் கசிவான சருமம் (oily Skin)

இந்த வகையான சருமத்தில் பளபளப்பும் எண்ணெய் கசிவும் இருக்கும். முகத்தில் பவுடரோ அல்லது எந்த வகையான Make up சாதனமோ உபயோகித்தால் முகத்தில் திட்டுத்திட்டாக தெரியும். இவர்களின் சருமத் துவாரங்கள் திறந்து இருக்கும். ஆகையால் சருமத்தில் பல தொல்லைகள் உண்டாகும். உதாரணமாக மறு, கறுப்பு வெள்ளைப் புள்ளிகள் போன்றவை உண்டாகும். இவ்வகையான சருமம் உள்ளவர்கள் Skin tonicஐ பாவித்து சுத்தம் செய்வது நல்லது.

சாதாரண சருமம் (Normal Skin)

அநேகமானவர்களுக்கு, சாதாரணமாக இவ்வகையான சருமம் இருக்கும். காலங்களின் மாற்றத்தினாலும், இடமாற்றத்தினாலும் சில சமயங்கள் சருமத்திற்கு ஏதாவது தொந்தரவு வந்தால், தானாகவே சீக்கிரத்தில் சரியாக வந்துவிடும். அழகுசாதனங்கள் உபயோகித்தால் நன்றாக இருக்கும். இவ்வகையான சருமம் கூடுமானவரை புத்துணர்ச்சியாகவே இருக்கும்.

பலவகைப்பட்ட அமைப்புடைய சருமம் (Combination Skin)

இது ஒரு வழக்கத்திற்கு மாறுபட்ட சருமம். சில இடங்களில், முக்கியமாக மூக்கின் மேலும், பக்கவாட்டிலும், தாடையிலும் எண்ணெய் கசிவு ஏற்பட்டிருக்கும். மற்ற இடங்கள் சாதாரணமாக இருக்கும். இவ்வகை சருமத்திற்கும் மேக்கப் போடும் போது மிகவும் அவதானமாக இருத்தல் வேண்டும்.

உணர்ச்சி உள்ளதும் அலர்ஜி உள்ளதுமான சருமம் (Sensitive and Allergic Skin)

இவ்வகை சருமம் மென்மையானதும் மிருதுவாகவும் இருக்கும் அழுத்தி தடவினால் சிவப்பு, சிராய்ப்பு உண்டாக கூடும். குறிப்பாக மேக்கப் போடும் போது முதலிலே Test செய்து கொள்ளல் நன்று. அலர்ஜியால் பல தொந்தரவுகள் ஏற்பட வாய்ப்பு உண்டு. குறிப்பாக தலைமுடிக்கு Hair Colour போடுவதற்கு முன்பு அவசியமாக அலர்ஜி test செய்து கொள்ளல் வேண்டும். இவ்வகை Skinகளுக்கு testபண்ணி அதற்கேற்ற Creamஐ போட வேண்டும்.

அழகுச் சாதனங்களும் நாமும்

கிளன்சிங் மில்க் (Cleansing Milk)

இது சருமத்தைச் சுத்தமாக்கும் திரவம். இது உலர்ந்த சருமம், சாதாரண சருமம் உள்ளவர்களுக்கு மிகவும் உபயோகமாக இருக்கும்.

இதை எப்பொழுது வேண்டுமானாலும் உபயோகிக்கலாம். காலையில் எழுந்தவுடன் இதை கால் தேக்கரண்டி எடுத்து முகத்தில் தடவி பஞ்சினால் துடைத்து விடவும். சருமத் துவாரத்தில் உள்ள அழுக்கை இம்முறையினால் அகற்றி விடலாம். ஆகையினால் இதற்கு டீப் போர் கிளன்சிங் (deep pore cleansing milk) என்று பெயர். இரவு படுக்கும் முன் இதை உபயோகித்து மேக்கப்பைக் கலைக்கலாம். சருமத்தை மென்மையாக வைக்க இது உதவும்.

க்ளன்சிங் கிரீம் (Cleansing Cream)

இது cleansing milk போல் திரவமாக இல்லாமல் Snow போல் இருக்கும். மசாஜ் செய்வதற்கு முன் கிளன்சிங் மில்க்கிற்குப் பதிலாக கிளன்சிங் கிரீமையும் போட்டுக்கொள்ளலாம். இது மிகவும் உலர்ந்த சருமம் உடையவர்களுக்கு நல்லது.

வானிஷிங் கிரீம் (Vanishing Cream)

இது கோல்ட் கிரீமைப் போல எண்ணெய்ப் பசை உள்ளதாக இருக்காது. சருமத்தில் தடவிய உடனேயே சருமம் இதை இழுத்துக் கொள்ள இது சட்டென்று மறைந்துவிடும். இது மேக்கப்பின் முடிப்படை என்று கூடச் சொல்லலாம். இது முழு மேக்கப் என்றும் சொல்லலாம். வேண்டும் என்றால் இதைப் பூசிய பிறகு சிறியதாக பவுடர் கூடப் பூசலாம்.

டோனர் (Toner)

இது முகத்தில் உள்ள அழுக்கையும் முகத்தில் தங்கியுள்ள கிளன்சிங் மில்க் அல்லது கிளன்சிங் கிரீமையும் எடுக்க உதவும். ஏனென்றால் மேலே கூறிய கிரீமால் திறந்திருக்கும் சருமத் தூவாரங்களை மூட இது உதவும். இதனால் இதற்குப் பிறகு மேக்கப்போட்டால் நன்றாகப் படியும். இதைச் சருமத்திற்கும் புத்துணர்வு (Skin reshner) தரும் சாதனம் என்று கூடச்சொல்லலாம்.

மாய்ஸ்ட்டரைஸர் (Moisturiser)

நம்முடைய சருமம் பல காரணங்களினால் பாதிக்கப்பட்டு ஈரப்பசை இல்லாமல் வரண்டு போயிருக்கும். இத்தகைய சருமம் உடையவர்களுக்கு சருமத்திற்குத் தேவையான நீர்ச்சத்து இதன் மூலம் கிடைக்கும். இதனால் சருமம் மிருதுவாகவும் சுருக்கம் இல்லாமலும் இருக்கும். இதைத் தினந்தோறும் உபயோகிக்கலாம். முக்கியமாக மேக்கப் செய்வதற்கு முன்பு உபயோகித்தால் மேக்கப் சருமத்தில் நன்றாகப் படியும். இதை கிளன்சிங் மில்க் அல்லது அஸ்டிரின்ஜெனட் உபயோகித்த பிறகும், மேக்கப்பிற்கு முன்பும் உபயோகிக்க வேண்டும். போடும்போது தளர்த்தியாக இருந்தாலும் காற்றுப்பட்ட உடனே உலந்துவிடும். இதை மேக்கப்பிற்கு முன்பும் கிளன்சிங் மில்க்க்குப் பின்பும் உபயோகிக்க வேண்டும்.

தொடரும்...

sasi.naren@thaiveedu.com



விடுமுறைக்காலத்திற்கான ஒரு முதலீடு


மாறன் செல்லையா
- நிதி திட்டமிடல் ஆலோசகர் -

Cottage என்ற சொல்லுக்கு குடிசை என்று பொருள்படும். ஆனால், கனடிய Cottageகளை குடிசை என்று சொல்ல முடியாது. எனவே அதை கோடைக்கால ஓய்வு வீடுகள் என அழைப்போம்.

இப்படிப்பட்ட கோடைக்கால ஓய்வு வீடுகள் ஒரு நல்ல சொத்து என்று கருதப்பட்டாலும் இவை ஒரு சிறந்த முதலீடுகளா என சிந்திக்க இருக்கிறது. நிதி திட்டமிடல் ஆலோசகர் Caroline Nalban அவரிடம் இருக்கும் எந்த வொரு வாடிக்கையாளரும் ஒரு கோடைக்கால ஓய்வு வீட்டை முதலீடாக வைத்திருக்கவில்லை என்கிறார்.

கூடுதலாக இந்த வீடுகளை வாங்கும் போது ஐந்து ஆண்டுகளுக்குள் விற்பதற்கு வாங்கு வதில்லை. கோடைக்கால விடுமுறையைக் கழிக்கவும் வாழ்க்கை ஓய்வு காலத்தை அமைதியாகக் கழிக்கவும் உபயோகிக்கி-றார்கள். ஆனால், இந்த வீட்டை முதலீட்டுத் தேவைகளுக்காக வாங்குவதனால் இதைவிட சிறந்த முதலீடுகள் இருக்கின்றன.

வீடுகளின் விலை

சோலை வரி, வீட்டுக்கான காப்புறுதி என்ப வற்றை ஒரு ஆண்டில் ஒரு சில வாரங்க-ளுக்குள் உபயோகமாகும் இந்த வீட்டுக்கு கொடுப்பது முடியுமா என யோசிக்க வேண்டும்.

கடந்த ஆண்டின் பொருளாதாரப் பின்னடைவு இந்த வகையான வீடுகளில் விற்பனையை குறைத்திருக்கிறது. கடந்த June மாதம் Royal Lepageஇன் தந்த அறிக்கையின்படி இந்த வீடுகளின் விலைகள் 370,000 இருந்து 600,000 வரையாக இருக்கிறது.

இப்படி விலை உயர்வாக இருக்கும் நிலை-யிலும் இந்த வீடுகளை விற்க நினைக்கும் போது விற்பது கடினம். இதனால் இந்த வீடுகளில் முதலிடுவது மிகவும் இடர் நிறைந்-ததுமாகும்.

எல்லா வீட்டு முதலீடுகளைப் போலவே இந்த கோடைக்கால வீடும் மிக இடர் நிறைந்தது. ஒரு குறித்த காலத்தில் விலை அதிகரிக்கும் என்று ஒரு உத்தரவாதமும் கிடையாது. சில நேரத்தில் முதலீட்டுக்கு நட்டமாகப் போய் விடும். ஆனால் ஒரு பெரிய நகரத்தில் இருந்து சில மணித்தியாலக் கார் ஓட்ட தூரத்திலும், வசதியாகவும் இருக்கக் கூடிய வீடுகளுக்கு கேள்வி இருக்கக்கூடும்.

ஒரு கோடைகால ஓய்வு வீட்டின் உரிமை ஏரிக்களும், சூரிய அஸ்தமனக் காட்சிகளை யும் ஏணைகளில் (Hammocks) உறங்குத-




லையும் நினைவுக்கு கொண்டுவந்தாலும், மிகவும் செலவானதாகவும் அமைந்துவிடும். சோலைவரியும், வீட்டு காப்புறுதியும் ஒப்பிட் டளவில் கூடவாகும். அத்துடன் இந்த வீடு-களில் வரக்கூடிய திருத்த வேலைகளுக்கான செலவீனமும் மிகவும் கூடவாகும். ஒரு ஏரிக்கான முகத்துவாரத்தைச் செப்பனிட

நேர்ந்தால் அற்காகிய செலவு உங்கள் லாபத்தைச் சாப்பிட்டுவிடும்.

இந்தச் செலவீனங்களுக்கு ஈடு செய்ய சில உரிமையாளர்கள் வாடகைக்கு விடுவதுண்டு. வாடகைக்கு விடுவது இன்னும்பல தலையி-டிகளைக் கொண்டு வரலாம். விளம்பரப்படுத்-துதல், வாடகைக்கு எடுப்போரின் தராதரத்தை அறிந்து கொள்ளுதல், ஒவ்வொரு இருப்புக்-குப் பின்னாலும் சுத்தப்படுத்துதல், சேதங்கள் ஏதும் ஏற்படக்கூடிய சாத்தியக்கூறுகள் என்பன பிரச்சினைகளாகும். வாடகைக்கு விடுதல் நிச்சயமாக உதவியாக அமையும். ஆனால்,

உங்களது நேரச் செலவீனத்தை அதிகரித்து விடும் என்கிறார்கள் பல ஆலோசகர்கள்.

அத்துடன் வாடகைக்கு விடுதல் வருடத்தில் ஒரு குறிப்பிட்ட பகுதிகளுக்கு மட்டுமேயாக இருக்க வேண்டும். அப்படியிருந்தால் தான் கனேடிய திறைசேரிகள் வரித்தேவைகளுக்-

காக அடிப்படை வதிவிடம் என்று காட்ட முடியும்.

அத்துடன் இப்படிப்பட்ட சொத்துக்களை உங்களில் அடுத்த தலைமுறைக்கு மாற்று வதிலும் பல சிக்கல்கள் இருக்கிறது.

பெற்றோர் இறந்த பின்னரோ, உயிரோடு இருக்கும் போதோ இந்தச் சொத்தை மாற்றி எழுதுவது Capital Gain taxக்கு காரணமாகி-விடும். இந்த வரி பல ஆயிரங்களைத் தாண்டிவிடக்கூடுமாதலால் இந்த வரிக்காகவே அந்த வீட்டை விற்க வேண்டிவந்துவிடும். அதனால் இருக்கும் வீட்டை அல்லது கோ-டைக்கால ஓய்வு வீட்டை தான் அடிப்படை வதிவிடம் எனக் குறிப்பிட முடியும். அடிப்படை வதிவிடத்திற்கு கிடையாது.

இந்த கோடைகால ஓய்வு வதிவிடக் கனவு-களால் கவரப்பட்டவர்கள் தமது வரவு செலவை கவனித்துக்கொள்ள வேண்டும்.

இந்த விதமான வீட்டை வாங்குவது நிதி நிலைமையில் ஒரு பாதிப்பை ஏற்படுத்தாத முறையில் தான் இவ்விதமான முதலீடுகள் இறுதியில் லாபகரமாக இருந்த போதிலும் இடையில் பல தலையிடிகளைக் கொண்டு-வரக்கூடும். ஆகவே இப்படிப்பட்ட வீடுகளை உங்கள் வரவு செலவுத் திட்டம் உங்கள் தேவை என்பவற்றை ஆலோசித்து வாங்க வேண்டும்.

maran.chelliah@thaiveedu.com



9 / 11...

68ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

தொடர வேண்டும். எல்லா வளங்களும் பயன்படுத்தப்பட வேண்டும். மிக இரகசிய-மாகவும் பாதுகாப்பாகவும் அமெரிக்கத் தொடர்புகள் எதுவும் வெளியே தெரியவராத-படி நடத்தப்பட வேண்டும்"

சி.ஐ.ஏயின் ஏற்பாட்டில், ஆட்சிக்கவிழ்ப்பின் முதற்கட்டமாக சிலியின் இராணுவத் தளபதி Rene Schneider கடத்தப்பட வேண்டும். ஆனால் கடத்தல் முயற்சியின்போது எதிர்-பாராத விதமாக அவர் கொல்லப்பட்டார். என்றாலும், பயன்படுத்தப்பட்ட குழுவினருக்கு $35,000 வழங்கப்பட்டது (Hinchey Report). அந்த குழுவினரின் நல்லெண்ணத்தைத் தக்க-வைத்துக்கொள்வதற்கும் தொடர்ந்து அவர் களைப் பயன்படுத்திக் கொள்ளும் நோக்கத் துடனும் இத்தொகை வழங்கப்பட்டது.

இராணுவத்தளபதியின் கொலை மக்கள் மத்தியில் கொந்தளிப்பை ஏற்படுத்தியது. எல்லாம் அடங்கும் வரை சதி ஆறப்போடப் பட்டது.

1973 செப்டெம்பரில் ஒரு நாள்

சிலியின் தலைநகர் சந்தியாகோவில் எங்கும் துப்பாக்கி வேட்டுச்சத்தங்கள், பீரங்கிகளின் முழக்கங்கள்.

குடியரசுத் தலைவர் மாளிகை தாக்கப்படு கின்றது. இரண்டு கிழமைகளுக்கு முன்னர், சில இராணுவ அதிகாரிகளுக்கு அமெரிக்கத் தலைநகர் வோஷிங்டனில் விருந்துவைக்கப் பட்டது. பணமும் தாராளமாய்க் கைமாறியது. விருந்திற் கலந்து கொண்ட சிலி இராணுவ அதிகாரிகள்தான் இப்போது தாக்குதலுக்குத் தலைமை தாங்கிக்கொண்டிருக்கிறார்கள். ஓகஸ்ட் 24 அன்று தான் பாதுகாப்பமைச்சரும் இராணுவத்தளபதியுமான ஜெனரல் Carlos Prats பதவி விலகச் செய்யப்பட்டார். இராணுவ அதிகாரிகளின் மனைவிமார் நடத்திய கண்டன ஆர்ப்பாட்டத்தின் விளைவு இது. 15 நாட்கள் தான் அவர் அமைச்சராக இருந்தார். யார் சொன்னது 'கண்டன ஆர்ப்பாட்டங்கள் பயனற்றவை'யென்று?.

புதிய இராணுவத் தளபதியாகப் பதவியேற்றுக் கொண்டவர் ஜெனரல் Augusto Pinochet.

குடியரசுத் தலைவர் மாளிகை இவரின் தலை-மைக்குக் கீழுள்ள அதிகாரிகளின் வழிநடத் தலில் இப்போது தாக்கப்பட்டுக் கொண்டி-ருக்கின்றது.

அயென்டே மாளிகையினுள்ளே 'என்ன செய்யலாம்?' என்ற தீவிர சிந்தனையோடி-ருக்கின்றார். ஒரு முடிவுக்கு வந்தவராக, நாட்டு மக்களுக்கு வானொலியில் நேரடி-யுரையாற்றுகின்றார். சிலி நாட்டின் மீதான தனது அன்பையும் மதிப்பையும் நாட்டின் எதிர்காலத்தின் மீதான தனது உறுதியான நம்பிக்கையையும் பேசுகின்றார்.

"பேரம் பேசி பாதுகாப்பான இன்னொரு நாட்டுக்குத் தப்பிச்சென்ற 'துரோகி' செனட்டர் Carlos Atlamirano போல நான் தப்பியோட விரும்பவில்லை. தப்பியோடி, பிரச்சாரத்துக்-கான கருவியாக இருக்கமாட்டேன்" என்று அவர் சொன்னது, இறுதிவரை போராடுவது என்பதில் அவருக்கிருந்த உறுதியைக் காட்-டுகின்றது. இன்றளவிலும் துப்பாக்கிவேட்-டுக்கள் பின்னணியாக அமைந்த அவருடைய இந்தப் பேச்சு 'சிலி மக்களுக்கு அவர் விடுத்த பிரியாவிடைச் செய்தி' என்ற மதிப்போடிருக்-கின்றது.

உரையாற்றிய சற்று நேரத்தில்...

சல்வடோர் அயென்டே இறந்துபோனார்.

தொடர்ந்து பதவியேற்றவர் ஜெனரல் அகஸ்டோ பினோசே பின்னாளின் (புகழ் பெற்ற....?) சர்வாதிகாரி.

அயென்டேயின் இறப்பிலும் வாதப்பிரதிவா-தங்கள்.

சாட்சியங்களின்படி ஃபிடெல் காஸ்ட்ரோ அன்பளிப்பாக வழங்கிய ஏ.கே.47 துப்பாக்கி யால் தன்னைத்தானே சுட்டுக் கொண்டதாகச் சொல்லப்படுகின்றது.

மாளிகையை நோக்கி முன்னேறிய படையி-னரோடு துப்பாக்கிச்சண்டையில் ஈடுபட்டு இனி செய்வதற்கு எதுவுமில்லையென்றநிலையில் அவர் இந்த முடிவுக்கு வந்ததாகச் சொல்லப்-படுகின்றது.

தொடைகளுக்கிடையே துப்பாக்கியை வைத்-துக்கொண்டு தனது முகத்தைத் துப்பாக்கி நுனியில் வைத்துக்கொண்டு சுட்டதில் அவ-ருடைய முகம் சிதைந்துவிட்டதாகச் சாட்சிகள் கூறினார்கள்.

ஆனால், அயென்டே ஆதரவாளர்களும் பல உலக இடதுசாரிகளும் இதனை ஏற்றுக்-கொள்வதாக இல்லை. இராணுவத்தினர் அயென்டேயைச் சுட்டுக்கொன்றபின் துப்பாக்-கிக் கட்டைகளால் அவரது முகத்தை அடித்துச் சிதைத்தனர் என்பது அவர்களது வாதம்.

1973ல் ஃபிடெல் காஸ்ட்ரோ, கியூபாவில் ஒரு மில்லியனுக்கும் மேல் மக்கள் திரண் டிருந்த ஒரு கூட்டத்தில், "அயென்டே இறுதி வரை போராடி மடிந்தார்" என்றார். ஆனால், 2006இல் வெளியான Fidel Castro: Biography with two voices என்ற நூலின் தொகுப்பாளர் Ignacio Ramonet சொல்வது கவனத்திற்குரியது.

2002ல் ஒருநாள்...

வெனிசுவெலாவின் ஹியூகோ சாவேஸ் அவர்களிடம், "உன்னை நீயே மாய்த்துக்-கொள்ளாதே ஹியூகோ. தனித்துப் போயிருந்த அயென்டே செய்ததைப் போல நீயும் செய்-யாதே. பெரும்பாலான இராணுவத்தினர் உனது பக்கம். பதவி விலகாதே, ஓய்ந்துவிடாதே!" என்று கூறியதாக காஸ்ட்ரோ தன்னிடம் சொன்னதாகக் குறிப்பிடுகின்றார் Ramonet.

இப்போது சிலியில் அரசியலில் ஈடுபட்டுக் கொண்டிருக்கும் சல்வடோர் அயென்டேயின் மகள் இஸபெல் அயென்டேயும், தந்தையின் மரணம் தற்கொலையென்பதை உறுதிப்-படுத்தியிருக்கின்றார்.

இந்த ஆட்சிக்கவிழ்ப்பில் 3,200 பேர் பலியா-னதாகவும் விசாரணைகள் ஏதுமின்றி 80,000 பேர் சிறைகளில் அடைக்கப்பட்டதாகவும் 30,000 பேர் சித்திரவதைகளுக்கு உள்ளாக்-கப்பட்டதாகவும் 200,000 பேர் பெரு, ஆஜென்-ரீனாவுக்குத் தப்பியோடியதாகவும் (அழகாகச் சொல்வதானால்... புலம்பெயர்ந்ததாகவும்) 1993இல் வெளியான Rettig Report கூறு-கின்றது.

ஆட்சிக்கவிழ்ப்பும் சல்வடோர் அயென்டேயின் இறப்பும் நிகழ்ந்தது 1973இல்.

செப்டெம்பர் 11.

gangatharan.k@thaiveedu.com



தாய்வீடு பத்திரிகை பற்றிய விமர்சனங்களை எதிர்பார்க்கின்றோம். விமர்சனங்கள் எம்மை ஓர் ஆரோக்கியமான பாதையில் இட்டுச்செல்லும்.

E-mail:thaiveedu@gmail.com
Fax: 416-849-0594
Tel: 416-646-3422

'ஒரு நாடுகடந்த நாட்டின் உதயம்'



மாமூலன்

தமிழீழ நாடுகடந்த இடைக்கால அரசாங்கத்தின் முதல் கட்டசெயற்திட்ட வரைவு வெளிவந்துள்ளது. தற்போதைய நிலையில் அதனை தங்கள் பார்வைக்கு வைப்பது ஓர் கட்டுரையைவிடவும் முதன்மையானது என்று கருதுகிறோன். இங்கே இடப்பற்றாக்குறை கருதி சுருக்கப்பட்ட வடிவம் தரப்படுகிறது.

நாடு கடந்த தமிழீழ அரசாங்கம் என்றால் என்ன?

நாடு கடந்த தமிழீழ அரசாங்கம் தமிழீழ மக்களின் அரசியல் வேட்கையினை வென்றெடுப்பதற்கான ஒரு நிறுவனமாகும். இது ஒரு புதுமையான எண்ணக்கரு.

தமிழீழ தேசத்தின் அங்கமாகிய புலம் பெயர்ந்து வாழும் மக்களுக்கு உள்ள சனநாயக வாய்ப்புக்களைப் பயன்படுத்தி, (விடுதலைக்காகப் பாடுபடும் தாயகத்தில் வாழும் அரசியற் தலைவர்களும் மக்களும் இந்த அரசாங்கத்தில் பங்கு பெறுவது நடைமுறைச் சாத்தியமின்மையால்) புலம் பெயர்ந்து வாழும் தமிழீழ மக்கள் மத்தியிலிருந்து சனநாயக முறையில் வாக்கெடுப்பு மூலம் இந்த அரசுக்கு தேர்ந்தெடுக்கப்படுவர். இந்த அரசு தாயகத்திலிருக்கும் நேச சக்திகளுடன் கைகோர்த்துப் பயணிக்கும்.

நாடு கடந்த தமிழீழ அரசு ஏன்?

ஈழத்தமிழர்களின் இருப்பு அரசியல், பண்பாடு, பொருளாதாரம், வாழ்வியல் ஆகியவற்றின் தனித்துவத்தினை தக்கவைப்பதிலும் உலகின் ஏனைய சமூகங்களுடன் இணைந்தும் இணையாகவும் செயற்படுவதற்கும் அச்சுறுத்தல்களினை ஏற்படுத்தக்கூடிய காரணிகளினைக் கட்டுப்படுத்தி வெற்றிகொள்வதற்கும் ஏதுவாக ஒரு உறுதியானதும் தன்னாட்சி உரிமையினைக் கொண்டதுமான அரசியல் கட்டமைப்பு அவசியமாகவுள்ளது. இது 1976இல் வட்டுக் கோட்டை தீர்மானமாக வடிவம்பெற்று 1977ம் ஆண்டில் மக்கள் ஆணையாக உறுதிப்படுத்தப்பட்டது. 1985 திம்பு கோட்பாடுகள் இதற்கு மேலும் வலுச்சேர்த்தது.

நாடு கடந்த அரசாங்கத்திற்கும் புகலிட அரசாங்கத்திற்குமிடையில் வேறுபாடுகள் ஏதும் உண்டா? அல்லது இரண்டும் ஒன்றா?

இவ்விரண்டு அரசாங்கங்களின் செயற்பாடுகளுக்குமிடையே பல ஒற்றுமைகள் இருந்தாலும் இவை கோட்பாட்டுரீதியில் வேறானவை. புகலிட அரசாங்கம் தமது நாட்டில் இயங்க முடியாத சூழலில் தமது நாட்டை விட்டு தப்பி ஓடி வரும் அரசியல் தலைவர்கள் தமக்கு ஆதரவளிக்கக்கூடிய நாடு ஒன்றில் தஞ்சம் புகுந்திருந்து அமைக்கும் அரசாங்கமாகும். தமது நாட்டிற்குத் திரும்பிச் சென்று அரசியல் செய்யக்கூடிய சூழ்நிலை வரும் போது புகலிட அரசாங்கத்தினைச் சேர்ந்தவர்கள் பொதுவாகத் தமது நாடுகளுக்குத் திரும்பிச் சென்று தமது நாட்டில் அரசியல் வேலைத்திட்டங்களில் ஈடுபடுவர். புகலிட அரசாங்கத்திற்கு ஆதரவளிப்பதற்கு குறைந்த பட்சம் ஒரு நாடு முன்வருதல் அவசியம். புகலிட அரசாங்கம் செயற்படுவதற்கு புலம் பெயர்ந்து வாழும் மக்கள் இருக்க வேண்டிய அவசியமில்லை. புகலிட அரசாங்கம் பொதுவாக தனது ஆளுகைக்குரிய விடயங்களாக தமது தாயகத்து விடயங்களை மட்டுமே கொண்டிருக்கும். நாடு கடந்த அரசாங்கம் புகலிட அரசாங்கத்தினைக் கடந்த ஒரு புதிய முறையாகும். அதன் கோட்பாட்டு அடிப்படை கடந்த இரு பத்தாண்டுகளாக சமூக அறிஞர்களின் கூடுதல் கவனத்தினை ஈர்த்துள்ள புலம் பெயர்ந்து வாழும் மக்களின் நாடு கடந்த வாழ்க்கை முறையுடனும் நாடு கடந்த அரசியலுடனும் தொடர்புபடுகிறது.

நாடுகடந்த அரசு உருவாகி விட்டதா?. இனிமேல்தான் உருவாக்கப்போகிறார்களா?

நாடு நடந்த அரசை உருவாக்குவதற்கான செயற்குழு திரு.விசுவநாதன் உருத்திரகுமாரன் தலைமையில் அமைக்கப்பட்டுள்ளது. இச் செயற்குழுவின் உறுப்பினர்களில் இதன் இணைப்பாளரான உருத்திரகுமாரனின் பெயர் மட்டும் தற்போது அறிவிக்கப்பட்டுள்ளது. நாடு கடந்த அரசினை உருவாக்குவதற்கான செயற்பாட்டுக்குழுவினை நாடுகள் சார்ந்து உருவாக்கும் பணிகள் தற்போது நடைபெற்று வருகின்றன. இச் செயற்பாட்டுக்குழுவில் இணைந்து பணியாற்ற ஆர்வமுள்ளவர்களை தற்போது இணைத்து வருகிறோம். தற்போது அறிவிக்கப்பட்டுள்ள ஆலோசனைக்குழு உருவாக்கற் செயற்குழுவுக்கு ஆலோசனை வழங்குவதற்காகவே அமைக்கப்பட்டுள்ளது. ஆலோசனைக் குழுவும் முஸ்லிம், இந்திய புத்திஜீவிகளையும் உள்வாங்கி, விரிவு படுத்தப்படும்.

ஓவ்வொரு நாடுகளிலும் வாழும் ஈழத்தமிழ் மக்களின் வாக்காளர் பட்டியல் தமிழர் மத்தியில் இயங்கும் மக்கள் அமைப்புக்களின் துணையுடன் நன்மதிப்புப் பெற்ற நிறுவனத்துடன் இணைந்து தயாரிக்கப்பட்ட வாக்காளர் பட்டியல் துணையுடன் சர்வதேச நடைமுறைகளுக்கமைய சுயாதீனமான தேர்தல் குழு அமைக்கப்பட்டு தேர்தல்களை நடத்தி நாடு கடந்த அரசுக்கான மக்கள் பிரதிநிதிகள் தெரிவு செய்யப்புடுவர். தெரிவு செய்யப்படும் உறுப்பினர்கள் தம்மை அரசியலமைப்பு நிர்ணய சபையாக மாற்றி சட்டச் சிறப்புக் குழுவினரின் உதவியுடன் மக்கள் அமைப்புகளின் ஆலோசனைகளை உளவாங்கி நாடு கடந்த அரசாங்கம் தொடர்பான யாப்பினை தயாரிப்பார்கள்.

நாடு கடந்த அரசுக்கான முயற்சியினை புலம்பெயர்ந்து வாழும் ஈழததமிழர்கள் ஏன் முன்னெடுக்கவேண்டும்?.

நாடு கடந்த அரசியல் என்பது ஒரே நேரத்தில் பல தேசியங்களினைத் தன்னகத்தே கொண்டதாக இருக்கமுடியும். அதாவது ஒருவர் ஒரே நேரத்தில் பிரித்தானியராகவும், தமிழராகவும் அல்லது கனடியராகவும் தமிழராகவும் இருக்கமுடியும். இது எங்கள் சமூகத்தின் பலமே தவிர பலவீனமல்ல. இது ஈழத்தமிழர்களுக்கு வலுச்சேர்க்கின்ற விடயமாகவே கொள்ளப்படவேண்டும். 21ம் நூற்றாண்டின் அரசியல் யதார்த்தம் நாடுகடந்த அரசியலாகவே பரிணாமம் பெற்று வருகின்றது.

புலம்பெயர்ந்து அமெரிக்காவிலும் கனடாவிலும் வாழ்ந்துவருகின்ற ஐரிஸ் மக்கள் வட அயர்லாந்து மக்களின் போராட்டத்திற்கு உறுதியானதும் வெளிப்படையானதுமான ஆதரவினை வழங்கினார்கள். புலம்பெயர்ந்து வாழ்கின்ற யூதமக்கள் இந்நாள் வரையும் இஸ்ரேல் தேசத்தினை அரசியல்ரீதியாகவும் பொருளியல் ரீதியாகவும் வலுப்படுத்திவருகின்றனர். இன்னுமொரு தளத்தில் இத்தாலி, எல்சல்வடோர், எரித்திரியா, குரோசியா, மோல்டோவா போன்ற பல நாடுகள் புலம் பெயர்ந்து வாழும் மக்களினை தமது சொந்த நாட்டு அரசியலின் தவிர்க்கமுடியாத அங்கமாக மாற்றிவிட்டன. இத்தாலிய பாராளுமன்றத்திற்கு நான்கு உறுப்பினர்கள் புலம் பெயர்ந்த இத்தாலிய மக்களிடமிருந்து தெரிவு செய்யப்படுகின்றார்கள்.

நாடு கடந்த தமிழீழ அரசு எங்கே அமையும்?

இலங்கைத்தீவிற்கு வெளியே புலம் பெயர்க்கப்பட்டு ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட தேசங்களில் ஈழத் தமிழர்கள் அந்நாடுகளின் குடியுரிமைகளினைப் பெற்றும் பெறாமலும் சிதறி வாழ்ந்து கொண்டிருக்கின்றனர். அவர்கள் தாங்கள் வாழும் தேசங்களின் எல்லைகளினையும் தாண்டியதாக தங்களுக்குள் ஒரு ஈழத்தமிழ்த் தேசிய அடையாளத்தினைக் கொண்டிருப்பதும் தங்களது தாயகத்தின் அரசியல் விடுதலைக்கான வேட்கை கொண்டவர்களாக செயற்படுவதும் தொடர்ச்சியாக தாயக் தேசத்தில் வாழும் உறவுகளுடனும் சமூகங்களுடனும் இறுக்கமான தொடர்பாடல்களினை பேணுவதும் இங்கு முக்கியமானது.

நாடுகடந்த தமிழீழ அரசினை உருவாக்கி செயற்படுத்த ஒரு நிலப்பரப்போ தேசமோ அவசியமற்றது. புலம்பெயர்ந்து வாழுகின்ற ஈழத்தமிழர்களின் தமிழ்த்தேசிய அடையாளம் என்கின்ற தளத்தின் மீது தாயகத்தின் தன்னாட்சி உரிமைக்காக போராடும் குறிக்கோளினால் ஒருங்கிணைக்கப்பட்டு கட்டியெழுப்பப்பட்டதாக இவ்வரசு இருக்கும்.

நாடுகடந்த தமிழீழ அரசினை சர்வதேச நாடுகள் அங்கீகரிக்குமா?

இது பிற நாடு ஒன்றினதோ பலவினதோ ஆதரவைத் தேவையான அடிப்படையாக கொண்டிராது. புலம்பெயர்சமூகமும் அதன் ஆதரவும் தெளிவான அரசியல் இலக்குகளும் அதற்கு உண்டு. ஆயுதப்போராட்டத்திற்குப் புறம்பாக ஈழத்தமிழர்களின் அரசியல் போராட்டம் முன்னெடுக்கப்படுவதற்கான அவசியத்தினை வலியுறுத்தும் சர்வதேசங்களினதும் தோழமைச்சக்திகளினதும் தொடர்ச்சியான அறைகூவல்கள் மிகசாதகமான காரணிகளாகவும் உந்துசக்திகளாகவும் உள்ளன.

நாடுகடந்த தமிழீழ அரசு பற்றிய எண்ணக்கருவினை தமிழீழ விடுதலைப் புலிகளின் சர்வதேச உறவுகளுக்கான பொறுப்பாளர் திரு.செல்வராசா பத்மநாதன் அவர்களே முதலில் முன் வைத்தார். அப்படியாயின் இதனை தமிழீழ விடுதலைப் புலிகளின் ஒரு வேலைத்திட்டமாக கொள்ள முடியுமா?

ஈழத்தமிழர்களின் தன்னாட்சியுரிமைக்கான போராட்டம் கடந்த பலதசாப்தங்களாக பல் வேறு கட்டங்களினையும் அணுகு முறை மாற்றங்களினையும் தாண்டிவந்துள்ளது. இது வரலாற்றின் இயங்கியல் தன்மை ஈழத் தமிழர்களின் போராட்டத்தின் ஒவ்வொரு கட்டத்திலும் காணப்பட்டதனையே வெளிப் படுத்துகின்றது. அதன் தொடர்ச்சியாகவே தற்போதைய நிலைமையினையும் காணவேண்டியுள்ளது.

1980களின் பின்ன அரைப்பகுதியிலிருந்து தமிழீழ விடுதலைப்புலிகளின் ஒருமைப்படுத்

86ம் பக்கம் பார்க்க...

தகைப்பும் இளம் பிள்ளைகளும்
(Stress and young children)



ஜீவா திசைராஜா

பிள்ளைகளின் உலகம் சந்தோஷமாகவும் கவலைகளற்றும் இருக்கும் என பொதுவாக வளர்ந்தோர் எண்ணுவதுண்டு. பிள்ளைகள் தொழில் செய்ய வேண்டிய தேவை இல்லை, கட்டணங்கள் செலுத்தத் தேவையில்லை. எனவே அவர்கள் கவலைப்படுவதற்கு என்ன உள்ளது? இவ்வாறு தான் அநேகர் நினைப்பதுண்டு.

பிள்ளைகள் கவலைப்படுவதற்கு அநேக விடயங்கள் உள்ளன என்று கூறுவது ஆச்சரியமாகத் தான் இருக்கும். மிகவும் சிறு பிள்ளைகட்குக் கூட கவலைகள் இருப்பதுடன், ஓரளவிற்கு தகைப்பை (Stress) உணர்கின்றார்கள். தகைப்பு என்பது எம்மேல் சுமத்தப்படும் சுமைகளை நாம் எவ்வாறு சந்திக்கக் கூடியவர்களாக இருக்கிறோம் என்னும் நிலையே ஆகும். வளர்ந்தோரைப் போலவே பிள்ளைகளும் தகைப்பை எதிர்நோக்குகின்றார்கள். ஆனால் அதனை அவர்கள் உணர்ந்து கொள்வதற்கும் அதனை வெளிப்படுத்துவதற்கும் அதிலிருந்து விடுபடுவதற்கும் வளர்ந்தோரின் உதவி நிச்சயம் தேவை.

தகைப்பு (Stress) எனும்போது அது என்ன காரணத்தினால் ஏற்படுகின்றது என்பதை அடிப்படையாக வைத்தே அது வரையறுக்கப்படுகின்றது. தகைப்பிற்கான காரணங்கள் உள்வாரி (internal), வெளிவாரி (external) என வரையறுக்கப்படுகின்றது.

உள்வாரியான காரணங்களாக

பசி, வலி, சத்தத்தினால் இலகுவாகப் பாதிக்கப்படல் (Sensitive to noise), வெப்பநிலை மாற்றங்கள், அளவுக்கதிகமான சமூக தொடர்புகள், களைப்பு, ஒருவர் வாழும் சூழலின் அளவுக்கதிக பரபரப்பு அல்லது உற்சாகமற்ற சூழல் என்பன கூறப்படுகின்றது.

வெளிவாரியான தகைப்புக் காரணங்களாக:

குடும்பத்திலிருந்து பிரிக்கப்படுதல், குடும்ப கட்டமைப்பில் மாற்றம், மற்றவர்களுடன் வாக்குவாதப்படல் அல்லது முரண்படல், வன்முறைகளுக்கு முகம் கொடுக்க நேர்தல், மற்றவர்களின் அடக்குமுறைகட்கு (Aggression/ bullying) உட்படல், முக்கியமான சொத்துக்களஅல்லது வளர்ப்புப்பிராணிகளை இழத்தல், விரைவாக காரியங்களை செய்து முடிக்க வேண்டும் எனும் பதகளிப்பு, எதற்கும் அவசரப்படுதல், ஒருவரது நாளாந்த வாழ்வு நிகழ்வுகளில் ஒழுங்கீனம் (disorganization) போன்றன கூறப்படுகின்றது.

பிள்ளைகள் தகைப்பினை எவ்வாறு அனுபவிக்கிறார்கள்?

நிபுணர்கள் தகைப்பு அனுபவங்களை இரண்டு பிரிவாகப் பிரிக்கின்றார்கள்.

- திடீரென ஏற்படும் தீவிரமான தகைப்பு (Acute stress) (உதாரணமாக: குறுகிய காலத்தில் பெற்றோருக்கு ஏற்படும் சுகவீனங்கள்),
- தொடர்ந்து விட்டு விட்டு ஏற்படும் தீராத தகைப்பு (Chronic stress). (உதாரணமாக பிள்ளையின் வாழ்வில் முக்கிய பங்கு வகித்த பாட்டன், பாட்டி, சகோதரர் போன்றோரின் இறப்பு). இந்த தீராத தகைப்பு தொடர்ந்து காணப்படுவதால் பிள்ளையின் வாழ்வில் இது அழிவை ஏற்படுத்தக் கூடிய விளைவுகளை ஏற்படுத்துவதுடன், மூளையின் செயலாற்றலைப் பாதித்து நோய் எதிர்ப்புத் தன்மையையும் குறைக்கின்றது.

தகைப்பின் வெளிப்படையான விளைவுகள்

தகைப்பின் வெளிப்படையான விளைவுகளாக: அழுதல், உள்ளங்கை வியர்த்தல், வீட்டை விட்டு ஓடிப்போதல், தன்னைப் பாதுகாப்பதற்காக சத்தமிடுதல், முன்னும் பின்னுமாக ஆடிக் கொண்டிருத்தல் (Rocking), அல்லது தன்னைத் தானே ஆறுதல்படுத்திக் கொண்டிருத்தல், தலையிடி, வயிற்றுவலி, நரம்பு தொடர்பான நுண்ணிய நடத்தைகளில் ஈடுபடுதல் (உதாரணமாக., தலைமயிரை முறுக்குதல், தலைமயிரை இழுத்தல், வாயை மென்று கொண்டிருத்தல், தோலையும் விரல் நகங்களையும் கடித்தல்), எதிர்பாராத விதமாக மலசலம் உடைகளில் கழிய நேரிடுதல் (toilet accidents), நித்திரை குழம்புதல் போன்றன கூறப்படுகின்றன. அளவுக்கதிக வெட்கம், அளவுக்கதிக துக்கம், பொது இடங்களில் சகஜமாகப் பழகாத நிலை, உணவு மற்றும் பொருட்களில் அளவுக்கதிகமாக பற்று அல்லது வெறுப்பு இருத்தல், அடுத்த நிலை என்னவாக இருக்கும் என்பதைப் பற்றிய கவலை போன்றன.

> பிள்ளைகளின் உலகம் சந்தோஷமாகவும் கவலைகளற்றும் இருக்கும். அவர்கள் தொழில் செய்ய வேண்டியதில்லை, கட்டணங்கள் செலுத்தத் தேவையில்லை. எனவே அவர்களுக்குக் கவலைப்படுவதற்கு என்ன உள்ளது?. இவ்வாறு தான் அநேகர் நினைப்பதுண்டு. இது முற்றிலும் தவறானது.

வயது கூடக் கூட பிள்ளைகள் நடந்த சம்பவங்களை பற்றி கேட்டறிந்து பிரச்சனையைத் தீர்க்கக் கூடிய உணர்வு ரீதியான வழிமுறைகளைப் பின்பற்றுவர்.

அநேக பிள்ளைகள் ஆக்கபூர்வமாக விளையாடுவதற்கோ அல்லது பாடசாலை முடிந்தபின் இளைப்பாறவோ நேரமின்றி காணப்படுகிறார்கள். தாம் ஈடுபட்டுள்ள எண்ணற்ற செயல்பாடுகளைப் பற்றி முறைப்படும் அல்லது அவற்றிற்குச் செல்ல மறுக்கும் பிள்ளைகள் தாம் அளவுக்கதிகமான வேலைகளைக் கொண்டிருக்கிறார்கள் என்பதையே தெரியப் படுத்துகிறார்கள்.

பாடத்திற்குப் புறம்பான மேலதிக விளையாட்டு மற்றும் பொழுதுபோக்கு நடவடிக்கைகளைப் (Extra curricular activities) பற்றி உங்கள் பிள்ளைகள் என்ன நினைக்கிறார்கள் என்பதைப் பற்றி அவர்களுடன் பேசுங்கள். அவர்கள் அதனைக் குறித்து முறைப்பட்டால் ஓர் செயல்பாட்டை நிறுத்துவதால் ஏற்படும் சாதக, பாதகங்களைக் குறித்து கலந்துரையாடுங்கள். நிறுத்துவது ஓர் தெரிவாக இல்லாவிடில், உங்கள் பிள்ளைக்கு அதிக பதகளிப்பை ஏற்படுத்தாதவாறு பிள்ளையின் நேரத்தையும் பொறுப்புகளையும் சமாளிப்பதற்கு உதவுமுகமாக வழிவகைகளை கண்டறியுங்கள். இதன் மூலம் அவர்கள் அதிக பதகளிப்படைவதை தவிர்க்க முடியும்.

உங்கள் வேலையிடங்களில் ஏற்படும் பிரச்சினைகள், உறவினரின் நோய் பற்றி நீங்கள் கதைப்பதை, உங்கள் வாழ்க்கைத் துணைவருடன் நிதி தொடர்பான விடயங்களைப் பற்றி சண்டையிடுவதை உங்கள் பிள்ளைகள் கேட்பதுண்டா?

பிள்ளைகள் அருகிலிருக்கும் போது பெற்றோர் இந்த விடயங்களை குறித்து பேசுவதையிட்டு அவதானமாக இருக்க வேண்டும். பெற்றோரின் பதகளிப்பை தம்முள் எடுத்துக் கொள்ளும் பிள்ளைகள் தமக்குள் தாமே கவலைப்பட ஆரம்பித்து விடுவார்கள்.

உலகச் செய்திகளும் தகைப்பை ஏற்படுத்தும். தொலைக்காட்சியில் துன்பகரமான காட்சிகள் அல்லது இயற்கை அழிவுகள், யுத்தம், பயங்கரவாதம் என்பனவற்றைப் பார்க்கும் போது தமது சொந்த பாதுகாப்பு மற்றும் தாம் விரும்பும் மக்களின் பாதுகாப்பு பற்றி கவலைப்படுவார்கள். உங்கள் பிள்ளைகள் என்ன பார்க்கிறார்கள், கேட்கிறார்கள் என்பதையும் அவர்கள் தொலைக் காட்சியில் என்ன பார்க்கிறார்கள் என்பதையும் கண்காணித்துக் கொண்டு வந்தால் என்ன நடக்கின்றது என்பதை அவர்கள் விளங்கிக் கொள்ள நீங்கள் உதவலாம்.

அத்துடன் நோய், அன்புக்குரிய ஒருவரின் இறப்பு அல்லது விவாகரத்து போன்ற சிக்கலான காரணிகளைக் குறித்து அறிந்து வைத்திருங்கள். இவை ஒவ்வொரு நாள் அழுத்தங்களுடன் சேரும்போது இந்த அழுத்தம் அளவுக்கதிகமாகின்றது. மிகவும் நியாயமான சகல சலுகைகளுடன் கூடிய விவாகரத்து கூட பிள்ளைகளின் குடும்பத்தில், அதாவது அவர்களது அடிப்படை பாதுகாப்பு முறையில் ஓர் இக்கட்டான மாற்றத்தை ஏற்படுத்துவதால், பிள்ளைகளுக்கு ஓர் கஷ்டமான அனுபவத்தைக் கொடுக்கலாம். பிரிந்த அல்லது விவாகரத்து பெற்ற பெற்றோர், பிள்ளைகளை ஒரு பக்கம் சாரும்படியோ அல்லது மற்றைய வாழ்க்கைத் துணைவரைப் பற்றி நேர்மாறான கருத்துக்களைத் தெரிவிப்பதையோ தவிர்க்க வேண்டும்.

பிள்ளைகள் தகைப்பை பலவேறு வழிகளில் எதிர்நோக்குகின்றார்கள். சிலர் அளவுக்கதிகமாக களைப்படைவதுடன் நன்றாக சமாளிக்கக் கூடியவர்களாகவும் இருக்கின்றனர். ஏனையோர் அடிக்கடி மனநிலை மாறுபவர்களாகவும் (Mood swings), நித்திரை செய்வதில் ஒழுங்கீனங்களுடன், அவர்களது வயதுக்கு ஒவ்வாத (விரல் சூப்புதல், இரவில் படுக்கையை நனைத்தல், பெற்றோருடன் அளவுக்கதிகமாக ஒட்டிக் கொள்ளுதல் போன்ற) நடத்தைகளையும் கொண்டிருப்பர்.

பிள்ளைகளின் நடத்தையில் ஏற்படும் எந்த வொரு திடீர் மாற்றமும் அது அவர்களின் அபிவிருத்தி கட்டங்களுடன் தொடர்புடையதாய் இல்லாவிடில் கவனமெடுக்கப்பட வேண்டியதாகும். இந்த சில அறிகுறிகள் ஒன்று சேர்ந்ததாகவோ அல்லது இவற்றுள் ஒரு அறிகுறியோ திடீரென்று ஏற்பட்டால், அதிக கவனம் எடுக்கப்பட வேண்டியதாகும். பிள்ளையின் வாழ்வில் தகைப்பு ஏற்படுவதால் பிள்ளை பதகளிப்பிற்கு உள்ளாகி அல்லது உடலியல்ரீதியில் சுகவீனத்திற்கு உட்பட்டால் ஓர் நிபுணத்துவம் பெற்றவரின் (பாடசாலை ஆலோசகர், பிள்ளையின் வைத்தியர்) உதவியைப் பெறுவது அவசியமாகும்

தகைப்பிற்கு இலகுவாக உட்படும் பிள்ளைகள்

தகைப்பின் அனுபவத்தை பிள்ளைகள் அநேக வடிவங்களில் எதிர்நோக்குவதுடன், பிள்ளைக்கு பிள்ளை, அதாவது பிள்ளையின் உடல், உள வளர்ச்சி மட்டம், பிள்ளையின் முன்னைய வாழ்க்கை அனுபவங்கட்கு ஏற்பவும் அது வேறுபடுகின்றது. தகைப்பிற்கு இயைபாக்கம் அடைவது (Adapting) அல்லது தகைப்பினை சமாளிப்பது என்பது பிள்ளையின் திறன்கள் மற்றும் இயலுதன்மையில் (capabilities) தங்கியுள்ளது. ஆய்வுகளின்படி 6 வயதிற்குக் குறைந்த பிள்ளைகள் பின்வரும் சந்தர்ப்பங்களுக்கு ஈடு கொடுக்க முடியாதவர்களாக உள்ளனர்.

- ஒரு நிகழ்வை முழுமையான முறையில் சிந்தித்தல்
- புதிய, ஆர்வமூட்டும் அல்லது பதகளிப்பை (anxiety) ஏற்படுத்தக் கூடிய நிகழ்வு ஏற்பட்டால் எவ்வாறு நடந்து கொள்வது என்பதை தெரிவு செய்வது
- தமது சொந்த உணர்வுகளுக்கு அப்பாற்பட்ட ஓர் நிகழ்வை வேறுபிரித்து அறிந்து கொள்ளல்

தகைப்பு ஒருவரில் சாதகமானதும் பாதகமானதுமான செல்வாக்குகளை ஏற்படுத்தக் கூடும். பிள்ளை எவ்வளவுக்கு குறைந்த வயதுடையதாக இருக்கிறதோ அதற்கேற்ப புதிய நிகழ்வுகளின் தாக்கம் அதிகமாக இருப்பதுடன் தகைப்பு அதிக வலிமையானதாகவும் பாதகமானதாகவும் இருக்கும். சில தகைப்புகள் பிள்ளையின் நாளாந்த வாழ்க்கையில் சாதாரணமாக இருப்பதுடன் சாதகமான தாக்கத்தையும் கொண்டிருக்கும். எனினும், அளவுக்கதிகமான தகைப்பானது பிள்ளைகள் புதிய சூழ்நிலைகளை அனுசரித்துச் செல்வதை பாதிக்கின்றன.

தகைப்பின் பாதகமான விளைவுகளானவை, 10 வயதிற்குக் குறைந்த பிள்ளைகள், குறை மாதத்தில் பிறந்த பிள்ளைகள், முரட்டுத் தன்மையுள்ள பிள்ளைகள், ஆண்பிள்ளைகள் அல்லது பிறப்பிற்கு முன்னர் தகைப்பை எதிர்நோக்கிய பிள்ளைகளில் அதிகமாக இருக்கும் என ஆய்வுகள் தெரிவிக்கின்றன. வறுமையில் வாழும் பிள்ளைகள், வன்முறை சமுதாயங்களில் வாழும் பிள்ளைகள், பாடசாலைகளில் பயமுறுத்தப்பட்டு தொல்லைக் குட்படும் (Bullied) பிள்ளைகள் ஆகியோரும் வெளிவாரியான தகைப்பிற்கு உட்படுகிறார்கள்.

வயதிற்கேற்ப பிள்ளைகளின் தகைப்பு அறிகுறிகளை பின்வருமாறு நோக்கலாம்:

5 வயது வரைக்குமான பிள்ளைகளின் தகைப்பு அறி குறிகள்:

பேச்சு வளர்ச்சியடையாத நிலையில் தமது துக்கத்திற்கான காரணத்தை எல்லாப் பிள்ளைகளாலும் கூறமுடியாது. எனினும் அவர்களின் நடத்தைகள் அவர்களது தகைப்பு மட்டத்தை வெளிப்படுத்திக் காட்டும்.

பச்சிளம் குழந்தைகள், தளர்நடை போடும் குழந்தைகள், முன்பள்ளிப் பருவத்தினர் ஆகியோர் பெற்றோருடன் ஒட்டிக் கொள்ளுதல், சாதாரண நிலையை விட அளவுக்கதிகமாக அழுதல், காரணமில்லாமல் கோபத்தை வெளிப்படுத்தல் (temper tantrums), பின்-

78ம் பக்கம் பார்க்க...

தகைப்பும் இளம்...

77ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

வாங்கும் நடத்தைகளை வெளிக்காட்டல் (விரல் சூப்புதல், படுக்கையை நனைத்தல், இருட்டைக் கண்டு அச்சப்படல் போன்றன), முன்னும் பின்னுமாக ஆடிக் கொண்டிருத்தல், எதிர்பாராத விதமாக ஆடைகளுடன் மலசலம் கழித்தல். அழுதல், காரணமில்லாமல் கோபத்தை வெளிப்படுத்தல், இரவில் அடிக்கடி நித்திரை கலைதல், என்பன அபிவிருத்திக் கட்டத்தின் சாதாரண நிகழ்வுகளாகும்.

நிற்பதற்கு, நடப்பதற்கு, கதைப்பதற்கு அல்லது ஏனைய அபிவிருத்தி கட்டங்களை கற்கும் போது பிள்ளைகள் விரக்தியடைவது சாதாரணமாகும்.

அவர்கள் ஓர் சில நாட்களுக்கு அதிகமாக அழுவார்கள் பின்னர் அதிலிருந்து விடுபட்டு சாதாரணமாக இயங்கத் தொடங்குவார்கள். இவ்வாறான அறிகுறிகளிலிருந்து அவர்கள் மீளாவிட்டால் இது தகைப்பின் அறிகுறியாக இருக்கலாம்.

இந்த வயதிற்குரிய தகைப்பின் ஏனைய அறிகுறிகள்: கோபம், அடிக்கடி விபத்திற்குட் படல், திடீர் அல்லது பலத்த சத்தங்களுக்கு இலகுவில் பாதிப்படைதல், போன்றன ஓர் பச்சிளம் சிசு அல்லது தளர்நடை பயிலும் குழந்தையின் தகைப்பிற்கான ஓர் அறிகுறியாகும்.

6-11 வயதுடைய பிள்ளைகளின் தகைப்பு அறிகுறிகள்:

பாடசாலை செல்லும் வயதுடைய பிள்ளைகள் தாம் தகைப்பிற்குட்பட்டுள்ளார்கள் என உங்களுக்கு கூறக் கூடியவர்களாக இருப்பர். அவர்கள் வாயால் கூறமுடிந்தாலோ அல்லது கூற முடியாவிட்டாலும் கூட உடலியல்ரீதியான வருத்தங்களை தெரியப்படுத்துவதுடன் வித்தியாசமான நடத்தைகளையும் வெளிப்படுத்துவர்.

தகைப்பிற்குட்படும் பாடசாலை செல்லும் பிள்ளைகள், வயிற்று வலி, தலை வலி, முச்சுக்குழாய் நோய்கள் ஏற்படல், நித்திரை செய்வதில் பிரச்சனைகள், உணவில் விருப்பமின்மை அல்லது எந்த நேரமும் உணவு உண்பதில் விருப்புக் கொண்டிருத்தல், நோய் களிலிருந்து குணமடைதல் தாமதமாக இருத்தல், தெத்திப் பேசுதல், அடிக்கடி சிறுநீர் கழிக்க வேண்டியிருத்தல் அல்லது பற்களை நறும்பிக் கொண்டிருத்தல், (குறிப்பாக தூக்கத்தின்போது) தமது மூக்கை தோண்டுதல், நகங்களைக் கடித்தல், இரவில் பயங்கரமான கனவுகளைக் காண்தல் போன்ற அறிகுறிகளைக் கொண்டிருப்பர். தமது வயதிற்கொவ்வாத நடத்தைகளான இரவில் படுக்கையை நனைத்தல், காரணமின்றிய அளவுக்கதிக கோபம் அல்லது குழந்தைகளைப் போல் பேசுதல் (baby talk) போன்றவற்றையும் கொண்டிருப்பர்.

தகைப்பிற்குட்படும் பிள்ளைகள் பொய் சொல்லுதல், மற்றவர்களை துன்புறுத்தல், அதிகாரத்திற்கு கீழ்ப்படியாதிருத்தல், கோபத்தை வெளிப்படுத்தல், அடிக்கடி எரிச்சலடைதல், அழிவை ஏற்படுத்தக் கூடிய நடத்தைகளில் ஈடுபடல், மற்ற பிள்ளைகளை அடித்தல், பாடசாலைக்குப் போக மறுத்தல், பாடங்களில் மதிப்பெண் குறைதல். எந்நேரமும் குறைகூறிப் புலம்பிக் கொண்டிருத்தல், மனஅழுத்தத்திற்கு உட்படல் (Depressed), சாதாரண நடவடிக்கைகளில் ஆர்வம் இழத்தல், கவலையடைந்து காணப்படல் போன்ற நடத்தைகளையும் வெளிக்காட்டுவர். இவர்களால் ஒரு விடயத்தில் மனதை ஒருமுகப்படுத்த முடியாமல் இருப்பதுடன், அழுதல், சோம்பேறித்தனமாக இருத்தல், அடிக்கடி விபத்திற்குட்படல், நண்பர்களை இழத்தல் போன்ற நடத்தைகளையும் கொண்டிருப்பர்.

12-18 வயதுடைய பிள்ளைகளின் தகைப்பு அறிகுறிகள்

வளரிளம் பருவ (Adolescents) மற்றும் முன்வளரிளம் பருவ (Pre adolescents) பிள்ளைகள், மற்ற எல்லா பிள்ளைப்பருவத்தினரை விட அதிகளவில் தொடர்பாடக் கூடியவர்களாக இருந்த போதிலும் குறைந்தளவிலேயே தொடர்பாடுபவர்களாக உள்ளனர். அத்துடன் தம்மை எதுவும் பாதிக்கவில்லை என மறுப்பதுடன் பேசுவதற்கும் மறுப்பர்.

தகைப்பிற்குட்படும்போது, வளரிளம் பருவத்தினர் ஆரம்ப பாடசாலை வயது பிள்ளைகளைப் போலவே தமது தகைப்பு நிலையைக் கையாள முனைவர். எனினும் அவர்களது பின்வாங்கும் செயல்முறைகள், இரவில் படுக்கையை நனைத்தல், குழந்தைகளைப் போல பேசுதல் என்பதாக இராது. இவர்கள் வளர்ந்தோரின் பொறுப்புக்களை ஏற்க விரும்பாததுடன் அதிகமாக விளையாட்டில் ஈடுபட விரும்புவார்கள்.

தகைப்பிற்குட்படும் வளரிளம் பருவத்தினர் தமது ஆரோக்கியம் அல்லது வாழ்க்கையை பணயம் வைக்கும் ஆபத்தான நடத்தைகளிலும் ஈடுபடுவர். இவர்கள் தற்கொலை செய்யும் எண்ணங்களைக் கூட கொண்டிருப்பர்.

ஆசிரியர்களும் பெற்றோரும் பிள்ளைகளுக்கான தகைப்பை பல வழிகளில் தடுக்கவும் குறைக்கவும் முடியும்.

- தகைப்பை எதிர்நோக்க பிள்ளைக்கு உதவுங்கள். உதாரணமாக முதன் முதலில் பிள்ளையின் தலைமயிரை வெட்டுதல், பிள்ளைக்கு இளைய சகோதரனோ, சகோதரியோ பிறக்கப் போகும் நிலை போன்ற சந்தர்ப்பங்களில் அது தொடர்பாக பிள்ளைக்கு விளக்குவதன் மூலம் பிள்ளைகளை அளவுக்கதிகமாக தயார்படுத்தலானது சிலவேளை அந்த நிகழ்வை விட அதிக தகைப்புக்குள்ளாக்கலாம்.
- பிள்ளைகள் தமது உள்ளுணர்வுகளை வெளிப்படுத்தக் கூடிய விளையாட்டுக்களை ஊக்குவிக்கும் சூழலை ஏற்படுத்தலாம்.
- பிரச்சனைகளை சமாளிக்கும் வழிமுறைகளை இனங்காண பிள்ளைகளுக்கு உதவுங்கள். உதாரணமாக, அவர்களை யாராவது பரிகாசம் செய்தால் உதவி கேட்கும்படியும் கூறுங்கள். உங்களுக்கு அது விருப்பமில்லை என கூறுதல், அந்த இடத்தை விட்டு அகன்று செல்லல். சமாளிக்கும் வழிமுறைகள் போன்றன பிள்ளைகளுக்கு தகைப்புள்ள நிலைமைகளில் மிகவும் பயனுள்ளதாகும்.
- பிள்ளைகள் பொருத்தமான வழிமுறைகளில் தமது உணர்வுகளை இனங்கண்டு, ஏற்றுக் கொண்டு வெளிப்படுத்த உதவுங்கள்.
- தமது உடலையும் உள்ளத்தையும் தளர்த்தும் (Relaxation techniques) நுட்பங்களை பிள்ளைக்கு கற்பியுங்கள். "ஆழமாக மூன்று தரம் மூச்செடுத்தல்", "பின்னிருந்து எண்களை எண்ணுதல்", "உங்கள் தசைநார்களை இறுக்கி பின் தளர்த்துதல்", விளையாட்டுக் களியை (Play dough) வைத்து விளையாடச் செய்தல், "நடனம்", "ஓர் விருப்பமான இடத்தை கற்பனை செய்து அந்த இடத்திற்கு மனதினால் செல்லுதல்"
- தகைப்பு முகாமைத்துவத்தை ஊக்குவிக்குமுகமாக 'நிச்சயமாக நிகழும்' (Positive talk) என்ற வகையான சொற்களை கூறிப் பழகல். உதாரணமாக: "நான் முயற்சிப்பேன், என்னால் இதைச் செய்ய முடியும் என நான் நினைக்கிறேன்".

இத்தகைய வழிமுறைகளை மேற்கொள்வதன் மூலம் சிறு பிள்ளைகட்கு ஏற்படும் தகைப்புக்களை குறைக்க உங்களால் உதவ முடியும்.

உசாத்துணை:-
http://www.athealth.com/Consumer/disorders/childstress.html

http://kidshealth.org/parent/emotions/feelings/stress.html

http://www.relaxationexpert.co.uk/SignsOfStressInChildren.html

http://www.extension.umn.edu/distribution/familydevelopment/components

jeevathisairajah@thaiveedu.com



வாழக் கற்றுக்கொள்ளுங்கள்

- சற்குரு வாசுதேவ் -

நாட்டை நினைக்கும் போது அடிவயிற்றில் பகீர் என்றொரு உணர்வு, எதிலும் பற்றற்ற சந்நியாசிகளா நாங்கள். இல்லை அல்லவா?. யாரும் துன்பப்படும் போது வியாக்கியானக் கதைகள் சொல்லவோ அல்லது ஊழ்வினைப் பாயன் என்று தட்டிக் கழிக்கவோ முடியாதல்லவா?. நமக்கு யாரும் அங்கே இல்லா விட்டாலும் நம்மவரில் யாரோ ஒருவர்தானே அங்கே பெய்யும் மழையில் துடிக்கின்றார்கள். நமக்கும் குழந்தைகள் இருக்கினறன. நாம் இரக்கப்பட்டுவிடாமல் இருக்க முடியுமா?, வேதனை நிறைந்த வாழ்க்கையில் தியானம் செய்ய உட்கார முடியுமா?, தியானிக்கக் கண்களை மூடுகையில் அந்தக் குழந்தைகள் தான் வந்து நிற்கின்றார்களே. எங்கே துடிக் கின்ற உள்ளங்களுக்கு அள்ளி கொடுக்க மட்டுல்ல கிள்ளிக்கூட கொடுக்க மனமில்லாமல் இங்கே நம்மவர்கள் சாமியார்களுக்கு ஐந்து நட்சத்திர ஹோட்டல்கள் காட்டும் ஆராதனைகளைப் பார்க்கும் போது வேதனை தான் வெடிக்கின்றது.

மந்திரங்கள், மாயங்கள் தந்திரங்கள் என்று ஏகப்பட்ட புதிய வியாபார யுக்திகள் இந்தியாவிலிருந்து இங்கே பெருகத் தொடங்கிவிட்டன. நாங்கள் இங்கே பிச்சைக்காரத் தமிழர்களாக இருந்தால் இவர்கள் எல்லாம் இங்கே பட்டு பீதாம்பரங்களுடன் எங்களை நாடி வருவார்களா?, இல்லையே. தமிழர்களிடம் பணம் கொட்டிக் கிடக்கிறது. ஏதாவது பரிகாரங்கள் சொல்லி பறித்து கொண்டுவிடத் துடித்துக் கொண்டு ஒரு கூட்டம் அலைகிறது. நமது கூட்டமும் ஆலாய்ப் பறந்து ஆலவட்டம் பிடிக்கிறது.

சுவாமிமார்களை தரிசிக்க கட்டணம் வேறு, இவையெல்லாம் Sun TVஇல் ஒளிபரப்பாகிய சிவமயம் என்ற தொடரை பார்க்காததால் வந்த வினை.

தேடல் கூடிவிட்டது. எப்படி விரைவாக பணம் சம்பாதிக்கலாம் என்று மண்டையை பிடித்த படி ஓடியதால் ஒரு கூட்டம் தறிகெட்டு அலைகிறது. கட்டிய கோயில்களில் இங்கே பிருதிஷ்டை செய்யப்பட்ட விக்கரகங்களில் இருக்கும் மகிமையை புரிந்து கொள்ளாமல் மனிதர்களாக நடமாடிக் கொண்டிருப்பவர்களில் கால்களில் விழுவதை என்னவென்று சொல்வது. காலில் விழுந்த ஆசி பெறுமுன் அவர்களின் வாழ்க்கை முறை என்ன, எப்படி வாழ்ந்தார் கள், எப்படி இப்படி திடீரென்று மக்களை வசியப்படுத்தி அடிமையாக்குகின்றார்கள் என்பதை எமது மக்கள் சிந்திப்பதேயில்லை. காலம் கடந்துகொண்டிருக்கின்றது. இது கலிகாலம். எனவே போலிச் சாமியார்கள் 'கொஸ்ரி கொஸ்ரி'யாக வந்து இங்கே எம் மக்களின் பணத்தைக் கொள்ளையடித்துக் கொண்டு போவது நிறுத்தப்பட வேண்டும்.

தெருவோரப் பிச்சைக்காரனைப் பாருங்கள். எலும்பும் தோலுமாகப் படுத்திருப்பான். அடுத்த பிச்சைக்காரன் இவன் இடத்தில் வந்து உட்கார்ந்து விட்டால் காச்சு மூச்சென்று கத்தி சண்டை போடுவான். இது எதனால்? உடலிலும் மனதிலும் வலு இல்லாதவர்களுக்குக்கூட கோபமோ, வெறுப்போ, ஆத்திரமோ முழுவேகத்துடன் வெளிப்படுகிறது. தன் சக்தியை சரிவரப் பயன்படுத்திக் கொள்ளத் தெரியாத மனிதனுக்கு உணர்ச்சி வசப்படுவது மட்டுமே சுலபமாக சாத்தியப்படுகிறது. அதனால் தான் பல நூறுமைல்களுக்கு அப்பால் உள்ளதை கைப்பற்ற ஆசைப்படும் பெரும்பாலான மனிதர்களுக்கு அடுத்த மூன்று அடிகளைத் தாண்டி யோசிக்கத் தெரிவதில்லை. திட்டமிட்டுப் பயன்படுத்தத் தெரிவதில்லை. எடுத்ததெற்கெல்லாம் பயம். ஒவ்வொரு அடியை எடுத்து வைக்கும்போது சந்தேகம் தலைதூக்கத் தொடங்கிவிடும். உணர்ச்சிவசப்படுவதில் இருக்கும் தீவிரம், வலுவான எண்ணங்களை உருவாக்கிக் கொள்வதில் அவர்களுக்குக் கிடையாது.

அதனால் வெற்றியை நினைக்கும் போதெல்லாம் கூடவே தோல்வி பயமும் சந்தேகமும் தலைவிரித்தாடுகிறது. எதிலும் தீவிரம் இல்லாததால்தான் சந்தேகம் வருகிறது. எண்ணங்களால் ஆட்டுவிக்கப்படுகின்றீர்கள். ஆனால் அவற்றை எப்படிக் கையாள்வது என்று தெரியாது தவிக்கின்றீர்கள். உங்களைப் பற்றிய நம்பிக்கை இல்லாதபோதுதான் முடிவைப் பற்றிய கவலை வருகிறது.

எதைத் திட்டமிட்டாலும் அது நிறைவேறுமா என்ற சந்தேகமும் கூடவே தலைதூக்கிவிடுகிறது. அதற்காக ஜாதகங்களைத் தூக்கிக் கொண்டு ஜோதிடரிடம் ஓடுகின்றீர்கள். இதை விட இப்போது நம்பர் சாத்திரம் என்று திகதியில் கெட்டது நல்லது பார்க்கத் தொடங்கி விட்டீர்கள். சிலர் எட்டாம் திகதியில் வீட்டை விட்டு வெளியே வருவதேயில்லை. கேட்டால் எட்டாம் திகதி இன்றைக்கு எனக்கு ஏதுவுமே நடக்காது என்று சொல்லிவிட்டு சுருண்டு படுத்துவிடுகிறீர்கள். ஆனால் இதே எட்டை சீன மக்கள் அதிஷ்ட இலக்கமாக கொண்டிருக்கிறார்கள். அவர்கள் முன்னேறிவிட்டார்கள்.

கிருஷ்ணதேவராயர் புகழ்பெற்ற மன்னன். அவன் ஒரு முறை எதிரியை தாக்கப் புறப்பட்டுப் போனான். ஓர் ஆற்றங்கரையைக் கடக்கும் நேரத்தில் அரசவை ஜோதிடர் 'மன்னா இன்றைக்கு நாள் நன்றாக இல்லை அடுத்த திங்கட்கிழமை போருக்குப் போனல் வெற்றி நிச்சயம்' என்று சொன்னான். கிருஷ்ண தேவராயர் குழம்பினார். அவ்வளவு நாட்கள் கொடுத்தால் எதிரி உசாராகிவிடுவான். அவன் எதிர்பாராத நேரத்தில் தாக்கினால்தான் வெற்றி. ஆனால் ஜோதிடர் சொன்ன பிறகு சந்தேகம் வந்துவிட்டது. தெனாலிராமனிடம் ஆலோசனை கேட்டார்.

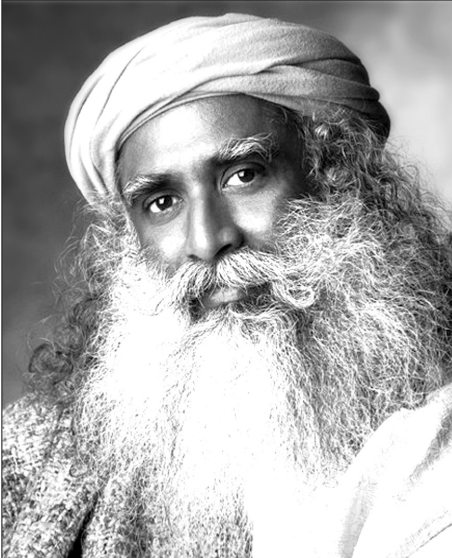
தெனாலிராமன் ஜோதிடரை அழைத்தால்

எல்லோருக்கும் ஜோதிடம் பார்க்கின்றீர்களே, நீங்கள் இன்னும் எத்தனை வருடங்கள் இருப்பீர்கள் என்று சொல்ல முடியுமா? என்று கேட்டான். 'இன்னும் 20 வருடங்கள் வாழ்வேன்' என்று ஜோதிடர் சொன்னார். தெனாலிராமன் சடக்கென்று வாளை உருவி அவர் கழுத்தில் பதித்து 'இந்த விநாடியோ உங்கள் வருடத்தை என்னால் பொய்யாக்க முடியுமா? முடியாதா? என்று கேட்டான். ஜோதிடர் பயத்தினால் 'முடியும் முடியும்' என்று கத்தினார்.

அவ்வளவுதான் மன்னா ஜோதிடம், உங்களுக்கு எதிரான ஜோதிடத்தை உங்களாலே

யே பொய்யாக்க முடியும் என்றார் தென்னாலிராமன்.

கிருஷ்ணதேவறாயர் ஆற்றைக் கடந்தார். எதிரியை வென்றார். நீங்கள் தீர்மானமாக இருந்தால் கேள்கள் உங்களை எதுவும்



செய்துவிட முடியாது.

வீண் சந்தேகங்களை விலக்கி உங்கள் மீது நம்பிக்கை வைத்து திறமைகளை வளர்த்துக் கொள்ளுங்கள். முழுமையான ஈடுபாட்டுன் செயல்படுங்கள். தனாக கனிந்துவரும் வெற்றிகள்.

எதையும் வற்புறுத்தி வேண்டாம் என்று சொன்னல் அதுதான் மூளையை ஆக்கிரமித்து நிற்கும். அடுத்த ஐந்து நிமிடத்திற்கு குரங்கு என்ற வார்த்தையை எண்ணத்தில் வரவிடக் கூடாது என்று தீர்மானியுங்கள் குரங்குதான்

எண்ணம் முழுவதும் ஆக்கிரமிக்கும்.

வெற்றியைப் பற்றிக் கவலைப்படாமல் செய் வதை தீவிர விருப்பதுடன் செய்யுங்கள். வெற்றியை எதிர்பார்க்கும் போது அது கிடைக்காமல் போய்விடுமோ என்ற பயம் நிணல் போலத் தொடர்கின்றது. எதிர்பார்ப்பு எங்கே இருந்தாலும் அங்கே ஏமாற்றத்திற்கும் தயாராக இருக்க வேண்டும். எங்கே ஏமாற்றம் இருக்கிறதோ அங்கே எரிச்சல் தானாகவே வேகத் தடையாகக் குறுக்கிடும். காத்திருக்க பொறுமை இல்லாமல் கவனம் சிதறும்.

> “ சிலர் எட்டாம் திகதியில்
> வீட்டை விட்டு வெளியே வருவதேயில்லை.
> ‘எட்டாம் திகதியில் எனக்கு ஏதுவுமே நடக்காது’
> என்று சுருண்டு படுத்துவிடுகிறார்கள்.
> ஆனால்
> இதே எட்டை சீன மக்கள்
> அதிஷ்ட இலக்கமாகக் கொண்டிருக்கிறார்கள்.
> அவர்கள் முன்னேறிவிட்டார்கள்.
> எல்லா மனிதரையும் முன்னேற்றுவது நம்பிக்கையே ”



வெற்றிக்கு ஏன் முக்கியத்துவம் தருகின்றீர்கள் என்று யோசியுங்கள். எதைச் செய்ய வேண்டி இருந்தாலும் இதனால் எனக்கு என்ன பலன் கிடைக்கும் என்றுதான் மனம் முதலில் கணக்குப் போடுகின்றது.

கவனமாகப் பாருங்கள் வெற்றியும் தோல்வியும் ஒரே நாணயத்தின் இரு வேறு பக்கங்கள் தான். தனித்தனி பிரிக்க முடியாதவை. சுண்டி விட்ட நாயணத்தின் எந்தப் பக்கம் விழப்போகின்றது என்பது புரியும். அந்தப் பதற்றத்தில் வாழ்க்கையை நடத்துவது உங்களுக்கு பழக்கமாகிவிட்டது. முடிவு எப்படி இருந்தாலும் ரசிக்க கற்றுக் கொள்ளவில்லை.

நீங்கள் நெருக்கமாக நினைப்பவருடன் வாழ்க்கையை பகிர்ந்து கொள்ளக்கூடத் தயாராகத்தான் இருப்பீர்கள். ஆனால் பதிலுக்கு அவர் எப்படி நடந்து கொள்ள வேண்டும் என்று உங்களுக்கு எதிர்பார்ப்புகள் இருந்தால் அங்கே ஏமாற்றம் தான் மிஞ்சும். ஒரே ஒரு காரியம் உங்களுக்கு தெரியாமல் மறைத்து அவர் செய்வதைக் கவனித்துவிட்டால் அவர் மீது வைத்த நம்பிக்கை போய் மனதில் படக் கென்று சந்தேகம் தோன்றிவிடும். எனவே உங்களுக்கு மிக நெருக்கமானவர்களிடம் கூட எதிர்பார்ப்புகளை வளர்த்துக்கொள்ளாதீர்கள்.

அதற்காக நம்பிக்கையும் எதிர்பார்ப்பும் இல்லாமல் வாழ்க்கையை எப்படி நடத்த முடியும்?

ஒரே வழிதான் இருக்கிறது. அதன் பெயர் அன்பு.

இப்போதுதான் நான் ஆரம்பத்தில் சொன்னதன் அர்த்தம் புரிகிறதா? இங்கே என்ன, அங்கே என்ன, எங்கே வாழ்ந்தாலும், மனிதர்கள் மட்டுமல்ல பறவைகள், பூச்சி பூராண் மீது கூட அன்பாக இருக்கப் பழகுங்கள். கஷ்டப் படுபவன் நமது உறவினன் அல்ல என்று ஒதுக்க முயலாதீர்கள். அவனுக்கு கை கொடுக்க முன்வாருங்கள்.

நாளையும் கோளையும் நம்பி போர்வைக் குள் ஒழிந்துகொண்டு நாட்களை நகர்த்தாதீர்கள். திகதியைப் பார்த்து 'திடுதிடு' என்று முழிப்பதை விட்டு எல்லாத் திகதியுமே நல்ல திகதிதான் என்று எண்ணுங்கள்.

கும்பாபிஷேகங்கள் செய்யப்பட்ட ஆலயங்க ளில் இருக்கினற Vibrationஐ விடவே நம்மைச் சுற்றி நிற்கும் சாமியார்மாரிடம் இருக்கப் போகின்றது. ஆலயங்களுக்குச் செல்லுங்கள். அங்கே உட்கார்ந்து நடப்பவற்றை பாருங்கள்.

இதைவிட்டு மந்திர சோடனைகள், தந்திர உபாயங்கள், சித்து விளையாட்டுக்கள் என் பதைப் பற்றி சுற்றிச் சுற்றி ஓடி என்ன காணப் போகின்றீர்கள்.

வலிகளையும் வேதனைகளையும் தாங்கும் துணிவு வேண்டும். எதிர்பார்ப்புகள் இருப்பதால் கேட்டதே கிடைத்தாலும் நாம் கேட்ட மாதிரியே கிடைக்கவில்லையே என்ற ஏமாற்றம் தாக்குகிறது. உங்கள் வேதனை அதிகமாகிறது.

எதிர்பார்ப்புகள் இல்லாமல் செய்வதை சந்தோசமாக செய்து பாருங்கள். கிடைப்பது எதுவானாலும் அது திருப்தி தரும்.

mahesan.thiru@thaiveedu.co



குழந்தைகளும் உடல்ப்பருமனும்



விடுமுறை நாட்களிலும், பள்ளிவிட்ட பின்பும், பிள்ளைகளுக்கு கணணியில் விளையாடவும், தொலைக்காட்சியில் தமக்குப்பிடித்த நிகழ்ச்சிகளைப் பார்க்கவும் நிறைய நேரம் அமைகின்றது. ஆனால், இந்தப் பொழுதுபோக்குகள் குழந்தைகள் பருமனாக வருவதற்குக் காரணிகளாக அமைகின்றதா? இதிலுள்ள பேராபத்துக்களையும், இதிலிருந்து விடுபட்டு நல்ல ஆரோக்கியமான, உற்சாகமான வாழும் தன்மையைக் கொஞ்சம் ஆராய்ந்து பார்க்கலாம்.

கடந்த பத்து ஆண்டுகளில் தொழில்வள நாடுகளில் பருமனடையும் மக்களின் தொகை அதிகரிப்பதிருப்பதாக ஆய்வுகள் தெரிவிக்கின்றன.

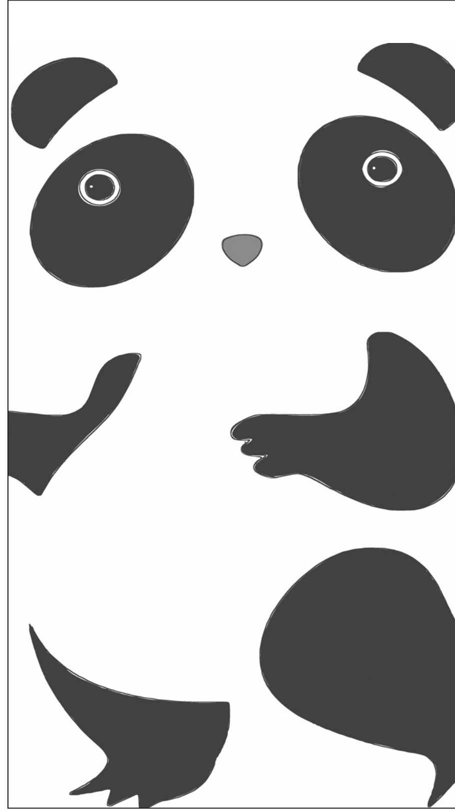
கடந்த காலங்களில் மக்கள், தாம் அதிகமாக உண்டு, குறைவாக உடற்பயிற்சி செய்யும் காரணத்தாலேயே, மனதில் உறுதி இன்மை, மற்றும் சுயக்கட்டுப்பாட்டின்மை போன்றவற்றால், உடல் பருமன் அடைகின்றது என்ற நினைப்பைக் கொண்டிருந்தனர். ஆனால் இன்று மருத்துவர்கள், உடற்பருமன் ஒரு கவலைக்கிடமான நோய் என்றும், இது வருவதற்குப் பல காரணங்கள் உள்ளதென்றும் கண்டறிந்துள்ளனர். மரபுக்கூறு, சுற்றுச்சூழல், பழக்கவழக்கங்கள் போன்றவற்றை இக்காரணிகளாகக் குறிப்பிடலாம். உதாரணமாக கர்ப்பிணித்தாய் ஒருவர், புகைப்பிடிக்கும் வழக்கம் உள்ளவராக இருந்தால், அதுகூட காலப்போக்கில் கருவில் உருவாகும் குழந்தையின் எடைப்பிரச்சினைக்குக் காரணமாக அமைகின்றது என்பது துன்பம் தரும் உண்மை. இவையெல்லாம் ஒரு மனிதனின் எடையைக் கூட்டப் பல வழிகளிலும் காரணங்களாக இருக்கின்றன.

தொலைக்காட்சிகளைப் பார்க்கும் எந்த வயதுக் குழந்தைகளாக இருந்தாலும், அவர்களுக்கு முறையற்ற உடற்பருமன் ஏற்பட வாய்ப்புண்டு என்று ஆராய்ச்சிகள் நிரூபிக்கின்றன. உடல் எடை, படுக்கையறையில் தொலைக்காட்சியை வைத்துப் பார்க்கும் ஒரு பிள்ளையின் வளர்ச்சியில் இன்னும் அதிக பாதிப்பைக் ஏற்படுத்தும்.

உடற்பருமன் உருவாக்கும் பலவித உடற் சங்கடங்கள்

உடற்பருமன் வேறுபலவித உடற் சங்கடங்களையும் உருவாக்கும், அவையாவன:

- மனம் சார்ந்த பிரச்சினைகள் (மனச்சிதைவு, தன்னம்பிக்கையின்மை),
- முறையற்ற, குறைவான தூக்கம்,
- மூச்செடுக்கச் சிரமப்படல் (முக்கியமாக, நித்திரையில் ஆழ்ந்திருக்கும்போது),
- எலும்பு மற்றும் தசை மூட்டுக்களில் பிரச்சினைகள்,
- நீரிழிவு,
- அதிகூடிய கொலஸ்ட்ரோல்,
- சிறுநீர் மற்றும் கல்லீரல் பிரச்சினைகள்,
- அதிஉயர் இரத்த அழுத்தம்,



- உடல் செயலிழத்தல் (இது வளர்ந்தவர்களை அதிகமாகத் தாக்கும்),
- இதய நோய்கள் (இதுவும் பெரியவர்களுக்கு அதிகம் வரக்கூடிய வாய்ப்புக்கள்),

ஒருவருக்கு எடை கூடிக்கொண்டு போகின்றது என்பதைக் கண்டு பிடிப்பதற்கு அவரின் தொடர்ச்சியான மருத்துவக் குறிப்புக்களும் மற்றும் உடற் சோதனைகளும் (சாப்பிடும், உடற்பயிற்சி செய்யும் முறைகள்) உதவுகின்றன.

ஒரு பிள்ளை தனது வளர்ச்சிக்கேற்ற உடற்பருமனைவிடக் கூடுதலாக எடைபோட்டுள்ளது என்பதைக் கண்டு பிடிப்பதற்கு BMIக் கணக்கெடுப்பு முறை உதவுகின்றது. உடல் எடையைச் சரியான வயதிற்கு ஏற்றதாகக் கணக்கிடும் முறையே இது. இம் முறையை ஆங்கிலத்தில் body mass index என்று அழைப்பார்கள்.

இங்கு BMIக் கணக்கெடுப்பு ஆண்பிள்ளைகளுக்கும், பெண்பிள்ளைகளுக்கும் பலவித வயதுகளில் வெவ்வேறாக இருக்கும். உங்கள் பிள்ளையின் எடைபற்றிய சந்தேகம் உங்களுக்கு இருந்தால், உங்கள் மருத்துவர் அல்லது சிறப்புக் குழந்தை மருத்துவரை அணுகி, அவர்களிடம் உங்கள் சந்தேகங்களைத் தீர்த்துக் கொள்வதுடன், உங்கள் குழந்தைக்கு எடைக்குறைப்புப் பயிற்சி தேவையா என்பதையும், அதைப்பின்பற்றும் முறையையும் அவரே உங்களுக்கு எடுத்துரைப்பார்.

ஒரு பிள்ளையின் எடைக்குறைப்பில் முழுக் குடும்பத்தினரும் பங்கெடுத்து, அவர்களும் சரியான முறையில், சரியான, அளவான உணவைச் சாப்பிடும் பழக்கத்தை வழக்கத்தில் கொண்டுவர வேண்டும். இது தற்காலிகப் பழக்கமாக இருக்கக் கூடாது. இதுதான் வாழ்நாள் முழுதும் சாப்பிடும் வரைமுறை என்ற கோட்பாட்டிலிருந்து வழுவாமல் இருப்பது முக்கியம்.

சாப்பிடும் முறையின் சில வரைமுறைகள்:

- உணவைச்சாப்பிடும் நேரம் தவறாமை.
- நாம் சாப்பிடும் உணவுவில், நாலுவித உணவுக்குழுவில் கட்டாயம் மூன்று பிரிவு உணவு வகைகளாவது இருக்க வேண்டும் (பாண், சீரியல் வகையறாக்கள், காய்கறிகள், பழங்கள், மாமிசம் அல்லது மாமிசம் சார்ந்த உணவுகள், பால் அல்லது பால் சார்ந்த உணவுப்பொருட்கள்). இதிலும் உணவை வகைவகையாக திட்டமிட்டுக் கொண்டால், தினமும் இவ்வகை நாலு குழுக்களில் மூன்று பிரிவை விதவிதமான உணவுகளால் நிரப்பிக் கொள்ளலாம்.
- இடையில் சாப்பிடும் சிறுதிண்பண்டங்களை, சாப்பிடும் முறையிலிருந்து அரைவாசியாகக் குறைத்துக் கொள்ளலாம்.
- பிள்ளைகளுக்கு என்ன மிகவும் பிடிக்கின்றதோ, அவற்றை அளவாக, மனதில் குற்றவுணர்ச்சி தோன்றாது சாப்பிடும்படி பழக்கலாம். இதில் குறைந்த உற்சாகத்தைக் கொடுக்கும் sugar free gum, 1-2 hard candy, licorice stick அல்லது ஓரிரண்டு gummybear இனிப்புக்களைக் கொடுக்கலாம்.
- இரவு உணவுக்குப் பிறகு அதிகபட்சமாக, குழந்தை விரும்பினால், ஒரு பழத்தைத் தவிர வேறு எதையும் கொடுக்க வேண்டாம். பிள்ளைக்கு காலைச்சாப்பாட்டுக்கு பசியெடுக்க வேண்டியது முக்கியம்.
- Sugar free பானங்களைக் குழந்தைகளுக்குக் கொடுத்துப் பழக்குவது நல்லது (sugar free pop and kool aid, crystal lite, soda water மற்றும் குளிர்ந்த தண்ணீர்). சாதாரண soda pop, பழரசங்கள், மற்றும் பழங்களின் வாசனையுடன் செய்யப்படும் குளிர்பானங்கள், சாதாரண kool aid, lemonade, honey dew, மற்றும் சுவைகலந்த நீர்வகைகள் போன்றவற்றைப் பிள்ளைகளுக்குக் கொடுக்காமல் தவிர்த்தல் நலம்.
- பால் மற்றும் பால் சம்பந்தப்பட்ட உணவுப் பொருட்கள், 2-4 விதமான வகைகளில், சராசரி ஒரு நாள்சாப்பாட்டில் சேர்க்கப் படல் வேண்டும்

உணவைச் சாப்பிடுவதில் காட்டும் கவனம், உடற்பயிற்சி செய்தல் மற்றும் தினசரி விளையாட்டு, மற்றும் தொடர்ச்சியான உற்சாகப் பொழுதுபோக்குகள் போன்றவற்றிலும் கடைப்பிடிக்கப்படல் வேண்டும். பெரியவர்களும், குழந்தைகளும், உடற்பருமன் பற்றிய கவனம் கருதி மட்டுமல்லாது, தினமும் உடல் ஆரோக்கியமாக இருக்க, பலவித விளையாட்டுக்கள், தினசரிப் பொழுது போக்குகளில் செலவிட நேரம் ஒதுக்கியே தீரவேண்டும். பின்வருவனவற்றைக் குழந்தை ஒன்றுக்குப் போதிப்பதன் மூலம் நல்ல ஆரோக்கியமான உடல்நிலையைப் பேணல் நிச்சயம்.

- பிள்ளையை சராசரி வாரமொன்றிற்கு, நான்கிலிருந்து ஐந்து தடவையாவது, இருபது முதல் முப்பது நிமிடம் வரையில் விளையாட அல்லது மற்ற பொழுது போக்கு அம்சங்களில் கலந்துகொள்ள ஊக்குவிக்க வேண்டும் (பிள்ளையின் மருத்துவரைக் கலந்தாலோசிப்பது முக்கியம்)
- பிள்ளைகளுக்குப் பிடித்த பலவித விளையாட்டுக்களை அவர்களுக்கு அறிமுகப் படுத்தலாம்
- வீட்டிலிருந்தே பயிற்சியில் ஈடுபடக்கூடிய பொழுதுபோக்குகளான, சைக்கிளைச் செலுத்துதல், நடத்தல், பாடல்களுக்கு நடனமாடுவது மற்றும் வெளியில் ஓடியாடி விளையாடுதல் போன்றவற்றில் ஆர்வத்தை வளர்க்கலாம்.
- கணணியில் விளையாடல், தொலைக்காட்சி பார்த்தல், வீடியோ விளையாட்டுக்கள் போன்றவற்றை நாளொன்றிற்கு 1 தொடக்கம் 2 மணிநேரமே ஈடுபட அனுமதியுங்கள்.
- நீங்களே அவர்களுக்கு ஒரு முன்னோடியாக இருங்கள். அவர்களுடன் சேர்ந்து உடற்பயிற்சியை நீங்களும் செய்யுங்கள்.

மருத்துவப் பரிசோதனையும் உடற்பயிற்சியும்

ஒவ்வொரு பிள்ளையும், இவ்வாறான உடற் பயிற்சிகளைத் தாமே தொடங்குமுன்னர், மருத்துவரின் பரிசோதனைக்குட்படல் நல்லது. காரணம் என்ன என்று பார்க்கலாம்:

- மெதுமெதுவாக உடல் எடையைக் குறைக்கலாம்.
- இயற்கையான, முறையான குழந்தைக் கேற்ற வளர்ச்சியைப் பெறலாம். இதில் உயரம் அதிகமாக இருந்தாலும், உடல் எடைகூடாமல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.
- எடைப்பராமரிப்பு, வளமான உடற்பயிற்சி, பழக்கவழக்கங்கள் இவைகள் முறையானதாக வாழ்க்கையில் அமையும்.

எடைப்பராமரிப்பு, வளமான உடற்பயிற்சி, பழக்கவழக்கங்கள் போன்றவற்றில் முழுக் குடும்பமும் ஒத்துழைப்புடன் ஈடுபடும்போது, அதற்குப் பலன் அதிகம் என்று ஆராய்ச்சிகள்

85ம் பக்கம் பார்க்க...

தாய்வீடு பத்திரிகை பற்றிய விமர்சனங்களை எதிர்பார்க்கின்றோம். விமர்சனங்கள் எம்மை ஓர் ஆரோக்கியமான பாதையில் இட்டுச்செல்லும்.

E-mail:thaiveedu@gmail.com
Fax: 416-849-0594
Tel: 416-646-3422

84ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

சொல்கின்றன. ஆனால் முறையான பழக்க வழக்கத்தில் ஓரிருவர் மட்டும் ஈடுபட்டு, முறையற்ற விதத்தில் உடற்பயிற்சி செய்து, அதற்குப் போதிய பலன் தெரியாவிட்டால், பின்னர் பிள்ளையின் தாழ்வுமனப்பான்மை முன்னைரைவிட மோசமாக இருக்க வாய்ப்புக்கள் அதிகம். இதனாலேயே, குடும்பப் பெரியவர்கள் சரியான அணுகுமுறைகளை அவர்களுக்குப் போதிக்க வேண்டும். ஆதரிக்கவும் வேண்டும்.

பெற்றோர்கள் பின்பற்ற வேண்டிய வழிமுறைகள்

பெற்றோர்கள் என்ற முறையில் என்னவிதமான வழிமுறைகளை நாம் இவ்வணுகு முறையில் பின்பற்ற வேண்டும் என்பதைக் கொஞ்சம் சிந்திக்கலாம்:

- பிள்ளையின் நல்ல பழக்கவழக்கங்களை மனதாரப் பாராட்டக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள்.
- அவர்களின் போக்கில் நல்ல முன்னேற்றங்களைக் கண்டால், சிறுசிறு பரிசுகளைக் கொடுப்பதன் மூலம், உங்கள் பாராட்டைத் தெரிவியுங்கள். ஆனால், அதில் உணவையே அவர்களுக்குப் பரிசாக உபசரிக்காதீர்கள்.
- சிறுதிண்பண்டங்கள், மற்றும் உணவுநேரங்களைச் சரியாகத் திட்டமிடுங்கள்.
- ஆரோக்கியமான உணவுவகைகளை மட்டுமே அறிமுகப்படுத்துங்கள்.
- சிலவிதச் சாப்பாட்டு விருப்பங்கள் தோன்றுவதை முளையிலேயே கிள்ளிவிடுவது நல்ல பலனைக் கொடுக்கும்.
- பிள்ளைகளுக்கு ஒரு நல்ல உதாரணமாகத் திகழுங்கள்.
- எடுத்த முடிவிலும், செய்கையிலும் உறுதியுடன் மற்றும் வழக்கம் மாறாமல் இருங்கள்.

சிலவகை மருந்துகள் மற்றும் அறுவைச் சிகிச்சை மூலம், வளர்ந்தவர்களுக்கு எடையைக் குறைக்கும் யுத்திகள் கையாளப்படும். இது சிறுபிள்ளைகளுக்கு பரிந்துரை செய்ய உகந்ததல்ல.

தினமும் கடைப்பிடிப்பது எப்படி

கொடுக்கப்படும் சிகிச்சை முறைகள், பழக்க வழக்கங்களை அடிப்படையாகக் கொண்டு கொடுக்கப்படுமானால், இயற்கையாகவே பிள்ளையின் உடற்பருமன் குறையும் வாய்ப்புக்களும் தானாகவே அதிகரிக்க வாய்ப்புண்டு. இந்தப் பழக்கவழக்கங்களை தினமும் கடைப்பிடிப்பது எப்படி என்று பார்க்கலாம்.

தினசரி நாட்குறிப்பொன்றை ஏற்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். உங்கள் பிள்ளையைக் கொண்டே, அன்று பிள்ளை உண்ட உணவு, அதன் அளவு, யாருடன் சேர்ந்து சாப்பிட்டது, எந்த இடத்தில் வைத்துச் சாப்பிட்டது மற்றும் ஒருநாளின் எந்தப் பகுதியில் சாப்பிட்டது என்பதைக் குறித்துக் கொள்ளச் சொல்லுங்கள். இக்குறிப்பை வைத்துக்கொண்டே, மருத்துவருக்கு, ஏன் உங்கள் பிள்ளைக்கே கூட தான் சாப்பிடும் உணவின் தரம், அளவு போன்றவற்றை எவ்வாறு கட்டுப்படுத்தலாம் என்ற ஒரு அளவுகோல் இருக்கும். சாப்பிடும் வழக்கங்களை இதிலிருந்து சிறிது மாற்றிக் கொள்ள உதவியாக இருக்கும். உதாரணத்திற்கு, தொலைக்காட்சி பார்க்கையில், வீட்டுப்பாடம் செய்கையில் மற்றும் கணணியில் விளையாடும் நேரங்களில் குழந்தைகள் சாப்பிடும் வேலையையும் ஒருங்கே சேர்க்கக்கூடாது. இவ்விதச் சந்தர்ப்பங்களைத் தவிர்க்க வேண்டும்.

பசியில்லாத் தன்மை, மற்றும் பசியெடுக்கும் வேளைகளிலுள்ள வித்தியாசத்தைக் கொஞ்சம் பிள்ளைகளுக்குச் சொல்லிக் கொடுக்கலாம். உணவுப் பதார்த்தம் ஒன்றைச் சாப்பிடும் ஆசை பிள்ளைக்கு மனதில், உணவுண்ணா நேரங்களில் எழுந்தாலும் கூட, அவற்றைக் கட்டுப் படுத்தும் விதத்தையும், உணவு உண்ணும் நேரங்களில் மட்டுமே அவ்வுணவுக்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்கப்படும் என்பதையும் சொல்லிக் கொடுங்கள்.

உணவைப் புறக்கணித்து, சில தீவிர விளையாட்டுக்களில் மனதைப் பறிகொடுக்கும் பிள்ளைகளுக்கு அந்த விளையாட்டில் அதிக ஆர்வத்தைத் தூண்டுவிக்கலாம்.

ஒரு இலக்கை அடையும் ஆர்வம் இருந்தால், அங்குள்ள எதிர்மறை விளைவுகளைத் தவிர்த்து, அந்தக் கொள்கையைப் பயனுள்ளதாக, நன்மையானதாக மாற்றக் கூடிய மனோதிடத்தைப் பிள்ளைகளுக்குப் புகட்ட வேண்டும். வாரத்தில் ஒருதடவைக்கு மேலாக பிள்ளைகளின் எடைகளை அளக்கும் வேலையைச் செய்யக் கூடாது. எடையில் என்ன மாற்றம் வந்துள்ளது என்பதைப் பார்ப்பதைவிட, பிள்ளையின் பழக்கவழக்கத்தில் வந்திருக்கும் மாற்றங்களைப் பாராட்டக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள்.

உடல் எடை கூடுமிடத்து, ஏற்படக்கூடிய மன, உடல் ரீதியான சங்கடங்களையும், அதனால் குழந்தைகள் மனதில் ஏற்படும், குழப்பங்களையும் தவிர்க்க, உரிய காலத்தில் எடுக்கப்படும் சரியான மருத்துவ, உணவுக்கட்டுப்பாட்டு ஆலோசனைகள் அவர்களையும், அக்கறையுள்ள பெற்றோர்களையும் சரியான பாதையில் வழிநடத்தும் என்பதில் ஐயமில்லை.

manjula.rajalingam@thaiveedu.com



'ஒரு நாடுகடந்த...

75ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

தப்பட்ட தலைமையின் கீழ் முன்னெடுக்கப்பட்ட விடுதலைப்போராட்டம் சிறிலங்காவினதும் அதன் நேச சக்திகளினதும் கூர்மைப்படுத்தப்பட்ட இராணுவ மேலாதிக்கத்தினால் பலவீனமாககப்பட்டது. இங்கு பலவீனமாக்கப்பட்டது ஒரு குறிப்பிட்ட போராட்டவடிவமே தவிர விடுதலைப்போராட்டமல்ல. சிறிலங்காவின் ஆட்சியாளர்கள் உலகின் ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்ட நியமங்களுக்கு முற்றிலும் புறம்பாக ஒரு யுத்தத்தினை ஈழத்தமிழர்கள் மீதும் அவர்களின் தாயகத்தின் மீதும் திணித்து 21ம் நூற்றாண்டின் மிகப்பெரும் இனப்படு கொலையினை நிகழ்த்தி முடித்துள்ளனர்.

புதிய உலக அரசியல் ஒழுங்குக்குள் சர்வ தேசங்களின் நலன்சார் அரசியல் வலைப் பின்னல்களுக்கு ஊடாக - பொருத்தமான புதிய அணுகுமுறைகளினைப் பயன்படுத்தி ஈழத்தமிழர்களின் தாயகவிடுதலைக்கும் தன்னாட்சியுரிமைக்குமான போராட்டத்தினை முன்னெடுக்கவேண்டியுள்ளது. இது சர்வதேச மட்டத்தில் புலம்பெயர் ஈழத்தமிழ்ச்சமூகத்தினால் பரந்த தளத்தில் கட்டியெழுப்பி முன் னெடுக்கப்படவேண்டும்.

நாடுகடந்த தமிழீழ அரசுக்கான கருத்தினை தமிழீழ விடுதலைப்புலிகள் முன்மொழிந்து அதனை தமிழ்ச்சமூகத்திடம் கையளித்ததன் மூலம் வரலாற்றின் இயங்கியல் போக்கில் தமக்குரிய கடமையினைச் செய்துள்ளனர். இது மேலிருந்து திணிக்கப்பட்ட ஒன்றாக இருக்காது. முற்றாக கீழிருந்து மேல்நோக்கி கட்டியெழுப்பப்படுகின்ற ஒரு சனநாயக அமைப்பாக இருக்கும்.

நாடுகடந்த தமிழீழ அரசு மிகவும் சிறப்பாகவும் வெளிப்படைத்தன்மை கொண்டதாகவும் வடிவமைக்கப்படும் சனநாயகச் செயன்முறையூடாக பலதேசங்களிலும் பரந்து வாழும் புலம்பெயர் ஈழத்தமிழர்களினால் தெரிவு செய்யப்படும் பிரதிநிதிகளைக் கொண்டு செயற்படுத்தப்படும்.

சிறீலங்காவின் அரசும் சிங்கள பௌத்த தேசியவாதிகளும் இதனை எவ்வாறு நோக்குவார்கள்?

சிறிலங்கா அரசும் அதன் இனவெறி ஆட்சியாளர்களும் தற்போது முன்னெடுக்கப்பட்டுள்ள "நாடுகடந்த தமிழீழ அரசு" வேலைத் திட்டத்தினை மிகவும் அச்ச உணர்வுடனும் ஆபத்தானதாகவுமே பார்க்கின்றனர். ஏனெனில் சிறிலங்கா அரசு தற்போது தாயகத் தமிழர்களின் மேலும் தாயகத்தின் மீதும் கொண்டுள்ள மேலாண்மை உண்மையான வெற்றியுமல்ல. முன்மொழியப்பட்ட நாடுகடந்த தமிழீழ அரசு செயற்பாடு ஈழத்தமிழர்களினால் திறக்கப்படும் புதிய ஆடுகளமாகும். இதன் விதிகளினை சிறீலங்காவால் தீர்மானிக்க முடியாது.

நாடுகடந்த தமிழீழ அரசு என்பது தற்போது இயங்கி வரும் பல்வேறு புலம்பெயர் ஈழத்தமிழர்களின் அமைப்புக் களினைப் போன்ற ஒன்று தானா?

நடைமுறையில் பல்வேறு சமூக நிறுவனங் களும் தன்னார்வ அமைப்புக்களும் புலம் பெயர் ஈழத்தமிழர்களினால் உருவாக்கப்பட்டு செயற்படுத்தப்பட்டு வருகின்றன. அவை செயற்பாட்டளவிலும் பங்கேற்பாளர்களினை பொறுத்தும் தமக்குள் ஒத்த தன்மைகளினையும் தனித்தன்மைகளினையும் கொண்டுள்ளன. அவற்றின் செயற்பாடுகளின் முக்கியத்துவத்துவத்தினையும் செயற்படு ஆற்றலினையும் நாம் குறைத்து மதிப்பிடமுடியாது. எனினும் தற்போது தமிழ்ச்சமூகம் எதிர் கொண்டுள்ள தேசிய மற்றும் சர்வதேசிய சவால்களினை எதிர்கொள்ள நாடுகடந்த தமிழீழ அரசு அவசியமானது.

நாடுகடந்த தமிழீழ அரசு முன் னெடுக்கும் தீர்மானங்களும் செயற்பாடுகளும் இலங்கைத் தீவினுள் வாழும் தமிழ்மக்க ளின் அரசியல், சமூகம், பொரு ண்மியம், பாதுகாப்பு, புனர் வாழ்வு புனரமைப்பு மீள் குடி யேற்றம் ஆகியவிடயங்களில் எத்தகைய சாதக பாதகவிளைவு களினை ஏற்படுத்தும்?.

முதன்மையான குறிக்கோளாக ஈழத்தமிழரின் தன்னாட்சிக்கான போராட்டத்தினை கொண்டிருக்கும் அதேவேளையில் இரட்டை முனை களினைக்கொண்ட அணுகுமுறையினை முன் னெடுக்கும். ஒன்று சிறீலங்காவின் ஆட்சியாளர்களினால் அங்கு வாழும் தமிழ்மக்களின் மீது நிகழ்த்தப்படும் அநீதிகளினையும் புறக்கணிப்புக்களினையும் பழிவாங்கல்களினையும் கட்டுப்படுத்துவதற்கு வேண்டிய மாற்றுமுயற்சிகளினை சர்வதேச இராசதந்திரரீதியாக முன்னெடுத்தல். மற்றையது புலம்பெயர்தமிழர்களின் ஆற்றல்களினையும் வளங்களினையும் ஒன்றுதிரட்டி வழிப்படுத்து வதன்மூலம் தாயகத்தின் வளங்களினையும் வாய்ப்புகளினையும் சிங்கள பௌத்த மேலாதிக்க சக்திகள் சூறையாடுவதனையும் உரித்துக்கொண்டாடுவதனையும் தடுத்து நிறுத்தி தமிழர்பால் தக்கவைத்தல்.

இவற்றை வெற்றிகரமாக நிறைவேற்றுவதற்காகவும் இலங்கைத்தீவினுள் வாழும் தமிழர்களின் பாதுகாப்பினை உறுதிசெய்வதற்கும் உள்ளூர் வளங்கள் மீது அவர்களுக்குள்ள உரிமையினைத் தக்கவைப்பதற்காகவுமான பொருத்தமான மாற்று ஒழுங்குகளினையும் உபநிறுவனங்களினையும் நாடுகடந்த தமிழீழ அரசு கண்டறிந்து உருவாக்கி நெறிப்படுத்தும், அல்லது ஏற்கனவே இருக்கக்கூடிய நிறுவனங்களினை பொருத்தமான முறையில் உள்வாங்கும். தேவையான நிலைமைகளில் சர்வதேச உதவிவழங்கும் நிறுவனங்கள், நன்கொடை அமைப்புக்கள், இருதரப்பு மற்றும் பல்தரப்பு அபிவிருத்தி நிறுவனங்கள் ஆகிய வற்றுடன் உறவுகளினை ஏற்படுத்தி தாயகத்தின் நல்லாட்சி, மீள்குடியேற்றம், அபிவிருத்தியும் முதலீடும், நிறுவனமயமாக்கம், மனித வள மேம்பாடு, சூழல் நல்லாட்சி என்பவை தொடர்பாக விவாதித்து அவர்களின் பங்களிப்பினை தமிழ்மக்களின் முழுமையான நிறைவுக்காக வழிப்படுத்தும்.

இலங்கைத்தீவினுள் தமிழ்மக்களின் தேசியத்துடன் இணைந்த அரசியல் குறிக்கோள்களுக்காக செயற்படும் அமைப்புக்களுக்கு பொருத்தமான உள்ளீடுகளினை வழங்கு வதனூடாக அவர்களினை வலுவூட்டி அவர் களின் செயற்பாடுகளினை முன்னோக்கி நகர்த்தும்.

புலம்பெயர்ந்து வாழும் தமிழர் களுக்கு எத்தகைய தலைமைத்துவத்தினை வழங்கும்?

மேற்கு ஐரோப்பாவிலும், வட அமெரிக்க கண்டத்திலும், ஆஸ்திரேலிய கண்ட நாடுக ளிலும் வாழுகின்ற புலம்பெயர்சமூகங்களினை ஒப்புநோக்கும் போது ஈழத்தமிழர்கள் வெற்றிகரமான சமூகங்களில் ஒன்றாகவே கணிக்கப்படுகின்றார்கள். அவர்களது கடின உழைப்பும், கல்வியறிவும், தொழிலாற்றலும், நிறுவனவிசுவாசமும் கீழ்ப்படிதலும், சிக்கன மான வாழ்க்கைமுறையும் சொத்துடமையும், கூட்டுவாழ்க்கையும் தாயகஉறவுகளின் மீது கொண்டுள்ள பற்றும் பாசமும் மிகவும் வியந்து பாராட்டப்படுகின்றது. எனினும் யுத்தத்தாலும் இன வன்செயல்களினாலும் சிதைக்கப்பட்டு தேசத்திலிருந்து சிதறடிக்கப்பட்ட ஒரு சமூகத்திற்கு குறிப்பாக விடுதலைக்காக போராடும் இனத்திற்கு இவை மட்டும் போதுமானவையல்ல. கல்வியறிவில் ஒப்பீட்டளவில் உயர் வீதத்தினை கொண்டிருந்தாலும் இச்சமூகம் உயர் தீர்மானமெடுக்கும் கட்டளைப் பீடங்க ளில் பெற்றிருக்கக்கூடிய பங்கு மிகமிகக் குறைவாகவேயுள்ளது. அதேபோன்று கூடிய சேமிப்பு ஆற்றலினைக் கொண்டிருக்கும் ஈழத்தமிழ்ச்சமூகம் தொழிற்படும் மூலதன உருவாக்கத்தில் மிகப்பலவீனமாகவே காணப்படுகின்றது. ஈழத்தமிழரின் மேனிலை என்பது சர்வதேசத்தின் சகல பரப்புகளிலும் கட்டியெழுப்பப்பட வேண்டும். தேவையான மூலோபாய - தந்திரோபாய ரீதியான தலைமைத்துவத்தினை நாடுகடந்த தமிழீழ அரசு வழங்கும்.

பணிகள் எந்தளவில் உள்ளன?

இதுவரை முன்னெடுக்கப்பட்ட முயற்சிகள் யாவும் நாடுகடந்த தமிழீழ அரசு தொடர்பான விவாதங்களாகவே அமைந்துள்ளன. இவற்றையும் கவனத்திற் கொண்டு நாடுகடந்த தமிழீழ அரசு தொடர்பான உருவாக்கற் குழுவும் நிபுணத்துவ ஆலோசனைக்குழுவும் கலந்தாலோசித்து தயாரிக்கப்படும் திட்ட விபரங்கள் மக்கள் முன்னிலையில் சமர்ப்பிக்கப்படும். முன்மொழியப்பட்டுள்ள செயற் பாடுகள் கீழே தரப்படுகிறது. .

1ம் நிலை: கருத்துருவாக்கம்.

2ம் நிலை: நிபுணத்துவ ஆலோசனைக் குழுவினை அமைத்தல்.

3ம் நிலை: பரந்த தளத்தில் நாடுகள் தழுவியதாக கலந்துரையாடல்களினை உருவாக்குதலும் நாடுகடந்த தமிழீழ அரசினை உரு வாக்குவதற்கான குழுவினை நாடுகள் சார்ந்ததாக தெரிவு செய்தலும்.

4ம் நிலை: முன்மொழியப்பட்டுள்ள நாடு கடந்த தமிழீழ அரசின் அடிப்படை வடிவத் தினை வரையறைசெய்தலும் பிரதிநிதிகளினை தெரிவசெய்வதற்கான தேர்தல்செயன்முறை யினை வடிவமைத்து முன்னெடுத்தலும்.

5ம் நிலை: தெரிந்தெடுக்கப்பட்ட பிரதிநிதி களினைக்கொண்டதான நாடுகடந்த தமிழீழ அரசின் அரசியலமைப்புச்சபையினை கூட்டுதலும் யாப்பினை உருவாக்கி அங்கீகரித்தலும் அதனை நிறைவேற்றுவதற்கான அரசியற் கட்டளைப்பீடத்தினை அங்குரார்ப்பணம் செய்தலும்.

6ம் நிலை: நாடுகடந்த தமிழீழ அரசினை செயற்பாட்டுக்கு கொண்டுவருதல்.

மேற்குறிப்பிட்ட செயற்பாடுகளில் தற்போது 3ம் நிலைச் செயற்பாடுகள் தொடர்கின்றன.

நாடுகடந்த அரசுக்கான தேர்தல் எப்போது நடைபெறும்?

தமிழர் நாமும் ஒவ்வொரு நாடுகளிலும் இத் தேர்தல்களை ஏப்ரல் 2010இற்குள் நடத்தி முடிப்பதற்குத் தற்போது திட்டமிடப்படுகிறது.

நாடு கடந்த தமிழீழ அரசாங் கம் அமைக்கும் செயற்குழுவில் இணைந்து பணியாற்றுவதற்கான தகுதிகள் எவை? எவ் வாறு இணைவது?

இக்குழுவில் இணைய விரும்புவர்கள் 18 வயதினை நிறைவு செய்தவர்களாக இருக்க வேண்டும். இலங்கைத்தீவில் ஈழத் தமிழ் மக்களின் தேசியப்பிரச்சினைக்கு தமிழர் தேசியம், தாயகம், தன்னாட்சிஉரிமை என்ற கோட்பாடுகளின் அடிப்படையிலேயே அரசியல் தீர்வு காணப்பட வேண்டும் என்ற அரசியல் நிலைப்பாட்டை ஏற்றுக் கொண்டவர்களாக இருக்க வேண்டும்.

ஒவ்வொரு நாடுகளுக்கும் குழுக்களுக்குத் தலைமை தாங்குபவர் பெயரினையும் அவரது தொடர்பு விபரங்களையும் விரைவில் அறியத் தருவோம். அவர்களுடன் தொடர்பு கொண்டு நீங்கள் இக் குழுவில் இணைந்து கொள்ளலாம். இதனை விட எமது மின்னஞ்சல் முகவரியுடன் மூலமும் தொடர்பு கொண்டும் இணைந்து கொள்ளலாம்.
info@govtamileelam.org

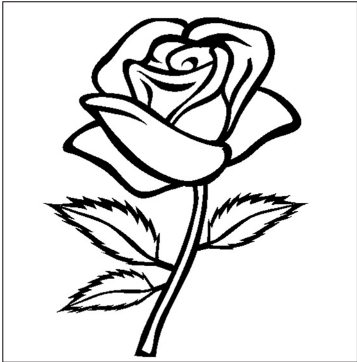
இந்தத் தகவல்கள் தொடர்பான எமது கருத்துக்கள் அடுத் இதழில் தரப்படும்.

சரி பிழைகள் அல்லது சாதக பாதகங்களும் அவற்றின் விளைவுகளும் அதில் விவாதிக் கப்படும். அவையே முன்னர் தொடராகவந்த ஓர் நாடுகடந்த அரசின் உருவாக்கம் பற்றிய கட்டுரையின் மூன்றாவது பகுதியாக அமையும்.

mamoolan@thaiveedu.com



துயர் பகிர்வோம்



பொன்னம்பலம் - சிவலிங்கம்

குப்பிழான் பொன்னம்பலம் - சிவலிங்கம் ஆசிரியர்

குப்பிழானைப் பிறப்பிடமாகவும், வசாவிளான் மத்திய மகா வித்தியாலய முன்னாள் ஆசிரியருமான திரு பொன்னம்பலம் - சிவலிங்கம் அவர்கள் கடந்த ஆகஸ்ட் மாதம் 19ம் திகதி ஈழ மண்ணில் அமரத்துவம் அடைந்தார்.

இவர் துன்னாலையினைப் பிறப்பிடமாகக் கொண்டவரும், உரும்பிராய் இந்து கல்லூரியின் முன்னாள் ஆசிரியையுமான திருமதி. இராசமணி சிவலிங்கத்தின் அன்புக் கணவரும், குப்பிழானைச் சேர்ந்த அமரர். டாக்டர். மகாலிங்கத்தின் ஒரேயொரு அண்ணனும் ஆவார்.

அன்னாரின் இறுதி வணக்க நிகழ்வு ஆகஸ்ட் 20ம் திகதி துன்னாலையில் நடைபெற்றது.

சேமமான சாரதி

தொடர் - 5



செந்தூரன் புனிதவேல்
- காப்புறுதி முகவர் -

கவனமான சாரதி

ஒருவர் கவனமான சாரதி எனப்பெயரெடுப்பது மிகக்கடினம். ஆனால் மோசமான சாரதி எனும் பெயரெடுப்பது மிக எளிது. ஒருவர் நல்லவர் என்று பெயரெடுப்பது போல், தொடர்ந்து கவனமாக வாகனம் செலுத்த வேண்டுமல்லவா? ஏற்கனவே நான் ஏழு கட்டளைகளை இத்தொடர் கட்டுரையில் தந்துள்ளேன். இனி எட்டாவதைக் கவனிப்போம்.

சைக்கிலில் (ஈருருளி) அல்லது மோட்டார் சைக்கில் (உந்துருளி)இல் பயணிப்பவர் கட்டாயமாக தலைக்கவசம் (Helmet) அணிய வேண்டும். இதில் விவாதத்திற்கு இடமில்லாமல் கட்டாயம் அணிய வேண்டிய ஒன்று இந்த தலைக்கவசமாகும்.

எனது அப்பாவின் நண்பர் ஒருவரின் மோட்டார் சைக்கில் விபத்துக்குள்ளான வேளையில் (கொழும்பில்) நல்லகாலம் அவர் தலைக்கவசம் அணிந்திருந்தபடியால் தப்பிவிட்டார். அக்காலத்தில் தலைக்கவசம் அணிய வேண்டும் என்ற சட்டமில்லை. ஆனால் அவரது தலைக்கவசம் அவர் உயிரைக் காப்பாற்றியது. அந்த சம்பவத்தை இன்றும் அப்பா என்னுடன் பகிர்ந்து கொள்வதுண்டு.

இன்னுமொரு விடயத்தை கவனத்தில் கொள்வதவசியம். இளைய தலைமுறையினர் சைக்கிளில் செல்லுகையில் தலைக்கவசம் அணிவது பற்றிய விடயம்.

சைக்கிள் வேகமாகச் செல்லாதென்பது உண்மைதான். ஆனால் அதை இடிக்கும் கார் அறுபது கிலோ மீட்டர் வேகத்தில் இடித்தால் பையன் வீசி எறியப்படும் வேளையில் தலை அடிபட்டால் தப்புது கடினமல்லவா? எனவேதான் இரட்டைச்சக்கரம் உடைய வாகனம் எதுவாக இருப்பினும் தலைக்கவசம் இல்லாமல் செலுத்தவேண்டாம்.

இங்கு இன்னுமொரு விடயத்தை குறிப்பிட விரும்பகின்றேன். இந்த பாதுகாப்பு சாதனங்கள் எதுவுமே மோட்டுத்தனத்திலிருந்து உங்களை பாதுகாக்காது. நாலுசில்லு வாகனம் இரண்டு சில்லு வாகனத்துடன் மோதும் வேளையில் நிச்சயமாக இரண்டு சில்லு வாகனத்தில் உள்ளவர்தான் காயப்படுவார். யார் குற்றவாளி என்பதில் யார் இன்னலுக்குள்ளாவார் எனப்பார்த்தால் இரண்டு சில்லுக்காரர்தான் அவதிப்படுவார். எனவே கவனமாக வாகனத்தைச் செலுத்துங்கள்.

கட்டளை 7:

உங்கள் எல்லோருக்கும் தெரியும் - தினமும் ஆயிரக்கணக்கான சாரதிகள் சிவப்பு விளக்குக்கூடாக வாகனத்தை செலுத்துவார்கள். இப்படி சிவப்பு விளக்குக்கூடாக செலுத்துபவர்களை இரு பிரிவாக பிரிக்கலாம். முதலாவதாக, கவனயீனமாக பகற்கனா கண்டு கொண்டு வாகனத்தைச் செலுத்துபவர்கள். இரண்டாவது பிரிவு, பொறுப்பில்லாமல் வேகமாக மஞ்சள் விளக்கு என்று கூறிக்கொண்டு சிவப்பு விளக்குக்கூடாக செலுத்துவார்கள். இன்னும் சிலர் இருவகையான குற்றங்களுக்குரியவர் என்பது குறிப்பிடத்தக்க விடயம். மிஞ்சினால் 45 செக்கன்ட் அல்லது ஒரு நிமிடம் நிற்பாட்டாமல் உயிரைவிடுவதிலும் மடமை வேறு எதிலுமுள்ளதா? ஒவ்வொரு நிமிடமும் பலநூறு சாரதி, மக்கள், சிவப்பு விளக்கில் வாகனத்தைச் செலுத்தி மரணிக்கின்றார்கள்.

“ எவ்வளவு அவசரமான விடயமாக இருப்பினும் சிவப்பு விளக்குக்கு குறுக்காகச் செல்லாது, உங்களுக்கும் மற்றவர்களுக்கும் பெரும் இழப்பை ஏற்படுத்தும் நிலையைத் தவிர்த்து, அவதானமாகவும் ஆறுதலாகவும் வாகனத்தைச் செலுத்தி இன்னொரு நாள் வாகனம் செலுத்த ஆரோக்கியமாய் இருங்கள். ”

சிவப்பு விளக்குக்கூடாக செலுத்தியது என்பதன் அர்த்தமென்ன? அதன் அர்த்தம் விளக்கு சிவப்பு நிறமாகியபின் அந்த சந்திக்குள் பிரவேசித்தது எனப் பொருள்படும். ஒரு சந்திக்குள் புகுந்துள்ளீர்களா என அறிவதற்கு சந்தி எங்கு துவங்கியது என்பது தெரிந்திருக்க வேண்டும். பொதுவாக பாதையில் நிற்பாட்டியிருக்கும் வெள்ளைக் கோட்டைத்தான் எல்லையாக எடுப்பார்கள். ஆனால் உண்மையில் நடைபாதையின் எல்லைகளை தொடுக்கும் நேர்வரைதான் சந்தியின் எல்லைக்கோடு.

சட்டப்படி சந்தியின் எல்லைக்குள் வாகனம் பச்சை அல்லது மஞ்சள் விளக்கு எரியும்வேளை சென்று விட்டால் தொடர்ந்து செல்லலாம். ஆனால் உங்கள் வாகனம் இரு மை வெள்ளைக்கோட்டை கடந்து ஆனால் எல்லைக்குள் புகாமல் இருக்கும். எனவே நீங்கள் குற்றவாளியாக கருதப்படுவீர்கள்.

சட்டப்படி குற்றவாளி என்பது ஒரு புறம் இருக்க, பச்சை விளக்கை எதிர்பார்த்த சாரதி சிவப்பு விளக்கை தீர்மானிக்காத சாரதியை சந்திக்க நேரிடும். இப்படியான சந்திப்பில் ஏற்படும் விபத்துக்கள் 90 பாகையில் வாகனங்கள் சந்திக்கும். பொதுவாக சந்திகளினூடாக செல்லும் வாகனங்களின் வேகம் சாரதி 60 km.p.h ஆகையால் இவ்விபத்துகள் பார்க்க சகியாதவையாகவும் அனேகமாக மரணம் சம்பவிப்பதாகவுமிருக்கும். இத்தகைய விபத்துகளில் ஆசனப்பட்டி, காற்றுப்பை (air Bag) ஆகியவற்றால் பயன் அதிகம் இருக்காது.

சந்திகளைக் சந்திக்கும்வேளை அவதானமாய் இருங்கள். மஞ்சள் விளக்கை கண்டால் உடனே வாகனத்தை நிறுத்திவிடுங்கள். அதுமட்டுமல்ல பச்சைவிளக்கு எரிந்தாலும் சிவப்பு விளக்கு எரியும்வேளையில் பகுத்தறிவில்லாத சாரதி யாரும் வருகின்றார்களா என்று பாருங்கள். முதல் இடது பக்கத்தை பார்த்து பின் வலது பக்கத்தைப் பார்த்து மீண்டும் இடதுபக்கம் பார்த்து சந்தி ஆபத்தில்லாமல் உள்ளதா என தெரிந்துகொண்டு பின் வாகனத்தை சந்தி எல்லைக்குள் செலுத்துங்கள். சிவப்பு விளக்கில் வாகனத்தைத் உட்செலுத்தும் சாரதிகள் பொதுவாக மிஞ்சிய வேகத்தில் தான் வருவார்கள். எனவே கவனித்து சந்தி எல்லைக்குள் செலுத்துங்கள்.

எவ்வளவு அவசரமான விடயமாக இருப்பினும் சிவப்பு விளக்குக்கு குறுக்காகச் செல்லாது, உங்களுக்கும் மற்றவர்களுக்கும் பெரும் இழப்பை ஏற்படுத்தும் நிலையைத் தவிர்த்து, அவதானமாகவும் ஆறுதலாகவும் வாகனத்தைச் செலுத்தி இன்னொரு நாள் வாகனம் செலுத்த ஆரோக்கியமாய் இருங்கள்.

senthuran.punithavel@thaiveedu.com



இது ஓர் ஈழத்துக் கலைஞர்களின் பதிவுத் தொடர் - 3

ஆழத்து முத்துக்கள்

நாங்கள் எங்கள் வரலாற்றை எழுதவில்லை. பாரம்பரியம் என்பது பேச்சோடு நின்று விடுகிறது. நாங்கள் எதையுமே பேணிப்பாதுகாப்பதில்லை. மன்னன் சாஜஹான் காலையில் என்ன உணவு அருந்தினான் என்று தொடங்கி அத்தனையும் பதிவு செய்யப்பட்டன என்று ஒரு பத்திரிகையாளரான நண்பர் சொன்னார். அந்தளவு இல்லையென்றாலும் எங்கள் வாழ்வு, எங்கள் மக்கள், எங்கள் கலைஞர்கள் பற்றிய தகவல்கள் சேகரிக்கப்படவேண்டும். பதிவு செய்யப்படவேண்டும்.

இந்த நோக்குடன் "தாய்வீடு" பத்திரிகை எங்கள் ஈழத்து மண்ணின் கிராமங்களில், ஊர்களில் வாழ்ந்த பிரபலமடைந்தவர்களுடன், தெரியப்படாமல் போய்விட்ட எங்கள் கலைஞர்களைப் பற்றியும் எழுதும்படி வேண்டுகோள் விடுக்கிறது. கட்டுரைகளை சுருக்கமாக, எழுதி அனுப்புங்கள். களம், 'தாய்வீடு' தரக்காத்திருக்கிறது. கருத்து உங்களுடையது. கட்டுரைகளை செதுக்கி சொற்சித்திரங்களாக்கும் பொறுப்பு எங்களுடையது.

அண்ணாவியார் ஆசீர்வாதம்

பீற்றர் மனுவல்பிள்ளை

யாழ் நகரின் வடமேற்கு எல்லைக் கிராமம், கடலோரக் கிராமம். கத்தோலிக்க மரபு தென்மோடி நாட்டுக்கூத்தை வளர்த்தெடுத்த மண், நாவாந்துறை மண். அண்ணாவியார் ஆசீர்வாதம் அந்த மக்கள் கலையைப் பேணிக்காத்து அடுத்த சந்ததியிடம் கையளித்த பேராளன். ஆண்டுதோறும் அம்மண்ணில் கோவில் கொண்ட பரலோக அன்னையின் திருநாளில், ஆவணி 15ம் நாள், நாட்டுக் கூத்து அரங்கேறத் தவறியதில்லை. ஈழத் தமிழரின் பாரம்பரிய தென்மோடிக் கூத்து வடிவம் கத்தோலிக்க மதத்தின் தாக்கத்தினால் ஆட்டம் குறைவடைய பாடல்கள் மேலோங்கிய ஓர் மருவிய வடிவமாக மாறி கத்தோலிக்க கிராமங்கள் எங்கும் பேணி பாதுகாக்கப்பட்டது. இக்கூத்து அக்கிராமங்களில் கத்தோலிக்க மத நம்பிக்கைகளை வளர்த்தெடுக்கும் முறைசாரா கல்விமுறையும் ஆயிற்று. மிகக் கடினமான மொழிநடையும், கவித்துவமும் மிக்க பாடல்களை சாதாரண மக்களுக்குக் கற்பிக்கும் கல்விமுறையும் ஆயிற்று. ஆண்ணாவியார் ஓர் பேராசானாயினார். அண்ணாவி மனவல் ஆசீர்வாதத்திடம் அந்த ஆசிரியத்துவம் மிகுந்திருந்தது. கட்டுப்பாடும் நிர்வாகத்திறனும், எடுத்த காரியத்தை முடிக்கும் மன ஓர்மம் கொண்ட கடின உழைப்பும், தியாகமும் அவர் ஆசிரியத்தின் அடிப்படைகளாயிருந்தன.

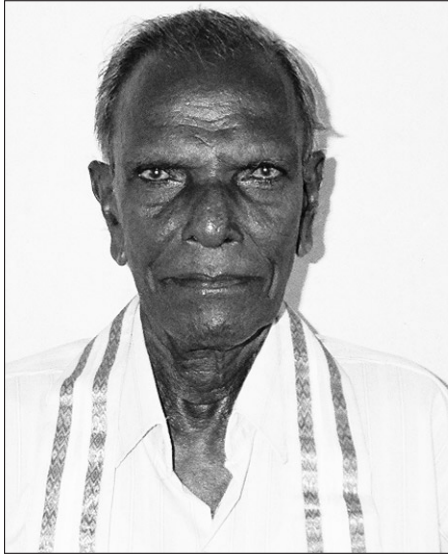
யார் இந்த அண்ணாவியார்?

ஆசிர் அண்ணன், கட்டையர் ஆசீர்வாதம் என அன்பாக அழைக்கப்பட்ட, ஊரவரால் மதிக்கப்பட்ட ஓர் அடக்கமான மனிதன். நாட்டுக்கூத்தில் மட்டுமல்லாது நாவாந்துறை வாழ்வியலின் எல்லா அம்சங்களிலும் தன் ஆளுமையைப் பதித்தவர். இவர் சிறந்த தொழிலாளி. நுட்பமான கைவினைஞர். ஓர் அண்ணாவி தனித்து ஓர் கலைஞனாக மட்டுமல்லாது, சமூகத் தலைவனாக, சமூக உருவாக்கத்தின் ஊக்கியாக இருக்கின்றான் என்பதற்கு மனவல் ஆசீர்வாதம் ஓர் சான்றாவார்.

1912ஆம் ஆண்டு பிறந்ததிலிருந்து 1995ம் ஆண்டு இறக்கும் வரை பெரும்பாலான காலங்கள் நாவாந்துறையிலேயே வாழ்ந்தார். 1950களின் நடுப்பகுதியில் இம்மனுவல் நாட்டுக்கூத்தை தனது முதலாவதான படைப்பாகவும், 1990களின் முற்பகுதியில் கற்பலங்காரி நாட்டுக்கூத்தை இறுதியான படைப்பாகவும் அரங்கேற்றினார்.

தன் முன்னோரால் தனக்கு வழங்கப்பட்ட கலைவடிவத்தினை அடுத்த சந்ததிக்கும் கையளித்து புதிய தலைமுறைக் கலைஞர்களை உருவாக்கினார். 50 களிலிருந்து 80கள் வரை வருடம் தவறாது ஒவ்வொரு வருடமும் இவரின் நெறியாள்கையில் நாட்டுக்கூத்துக்கள் அரங்கேற்றப்பட்டன. மிகச் சிறப்பாக பேசப்பட்ட இவர் படைப்புக்கள் மற்றக் கிராமங்களிலும் இவரால் மேடையேற்றப்பட்டன. இம்மனுவல், அலசு நாடகம், ஆனந்தசீலன், செபஸ்தியார் நாடகம், தேவசகாயம்பிள்ளை, ஊசோன் பாலந்தை, மனம் போல் மாங்கல்யம், பூதத்தம்பி, எஸ்தாக்கியார் நாடகம் போன்றன இவரால் நெறியாள்கை செய்யப்பட்ட கூத்துக்களில் சிலவாகும்.

மக்கள். பாடல்களைப் பகுத்து அவற்றின் கருத்துக்களை இலகுவில் மனதில் பதிய வைத்தலில் அண்ணாவி ஆசீர்வாதம் கைதேர்ந்தவர். சொற்களைத் தெளிவாக உச்சரிப்பதை மிகவும் வலியுறுத்துபவர். நாட்டுக் கூத்து வசனங்களை நவீன நாடக உரையாடல் போன்று சொல்வதை அண்ணாவியார் ஆசீர்வாதம் வெறுத்தார். நாட்டுக்கூத்து வசனங்கள் கூத்து முறையில் சொல்லப்பட வேண்டுமென வலியுறுத்துவார். இசைநாடகத்தின் தாக்கத்தினால் பாடல்களை நீட்டி இழுத்துப் பாடுவதை சில நடிகர்கள் விரும்பினார்கள். ஆனால், அண்ணாவியார் ஆசீர்வாதம் கூத்தை, அதன் தனித்துவத்தை பேண வேண்டுமென வலியுறுத்தினார். நாட்டுக்கூத்து மெட்டுக்களை கர்நாடக சங்கீத இராகங்களினாலும், தாளங்களினாலும் வரையறை செய்வதுடன் இவர் உடன்படவில்லை. சில கூத்துக்கள் அச்சுப்பதிக்கப்பட்டபோது இது இடம்பெற்றது. பொதுவாக கூத்து மெட்டுக்கள் பழைய பிரபலமான கூத்து மெட்டுக்களிலிருந்தே வரையறுக்கப்படும். தேவசகாயம் பிள்ளை கூத்தின் மெட்டுக்களையே நியமமாக அண்ணாவி ஆசீர்வாதம் பாவிப்பார். கூத்து ஒத்திகையின்போது இவர் மிக நிதானமாகவும் அதேவேளை கட்டுக்கோப்பாகவும் நடிகர்கள் நடந்துகொள்வதை வலியுறுத்துவார்.



இவர்மீது மதிப்பும் மரியாதையும் கொண்டவர்களாக நடிகர்கள் இருந்தார்கள்.

ஓர் நேர்மையான கலைமகன், கலையை நேசிப்பவன் அதனால் அக்கலையை வளர்க்கும் மக்களை நேசிக்கின்றான். மக்களும் அவனை நேசிக்கின்றனர். இதுவே அண்ணாவி ஆசீர்வாதத்தின் தனித்துவமாகும்.

மேடையேற்றத்தின் காட்சிகளுக்கிடையில் நீண்டநேரம் எடுக்காதிருக்க வேண்டுமென்பது அண்ணாவியார் ஆசிவாதத்தின் கொள்கை. இவர் கூத்தில் எந்தப்பாத்திரமும் ஏற்பதில்லை. முழுமையாக நெறியாள்கையிலேயே ஈடுபடுவார். கூத்து தொடங்கி முடியும்வரை மேடையைவிட்டு அகலமாட்டார். தனக்கென சிலரை உதவிக்கு வைத்திருப்பார். பிற்பாட்டுக்காரர் வாத்தியக்காரரோடு கொப்பி பார்ப்பவரையும் வைத்துக்கொள்ளுவார்.

ஒவ்வொரு காட்சிக்கு முன்பும் தன்னிடமுள்ள ஊதி (Whistle) மூலம் ஒலியெழுப்பி திரைச்சீலை இழுப்பவரையும் மற்றோரையும் உடனடியாக செயற்பட வைப்பார். கூத்து முடிந்து, மங்களம் பாடியபின் கோவிலுக்கும், வீடுகளுக்கும் சென்று சில பாடல்களைப் பாடுவார்கள்.

அண்ணாவி ஆசீர்வாதம் தனித்து கூத்தில் மட்டுமல்லாது பசாம் (Psalm) எனும் யேசுவின் திருப்பாடுகளின் பாடல்களையும் பழக்குவார். பெரியவெள்ளியன்று யேசுவைச் சிலுவையிலறைந்து கொன்ற நாளன்று ஊரே துக்கித்திருக்கும். கோவிலிருந்து உச்சத் தொனியில் பிரசங்கங்கள் பாடப்படும். பசாம் பாடுவதற்கென ஓர் தனித்துவமான முறையுண்டு. கேட்பவர் உள்ளத்தை உருக்கும் யேசுவின் திருப்பாடுகளின் துயரங்கள் இசையூடு ஊர்க்காற்றில் நிரம்பும். ஒப்பாரி மற்றுமொரு கலைவடிவம். மரணவீடுகளில் உடலத்தைச் சுற்றி விழித்திருக்கும் உறவுகளோடு விழித்திருந்து விடிய விடிய கலைஞர்கள் ஒப்பாரி பாடுவர். அண்ணாவி ஆசீர்வாதம் ஒப்பாரிப்பாடல்களையும் கலைஞர்களுக்கு பழக்குவார்.

நாட்டுக்கூத்து மக்கள் கலை, மக்கள் வளர்த்த கலை. அவற்றை பேணிக்காத்து அடுத்த சந்ததிக்கு ஒப்படைப்பதில் அண்ணாவியின் பங்கு அளப்பரியது. ஆசீர்வாதம் அண்ணாவியாரால் உருவாக்கப்பட்ட பல கலைஞர்கள் இன்றும் அதனை பேண முயற்சிக்கிறார்கள். புலம்பெயர்வும், வேரறுந்தவாழ்வும், அடக்கு முறையும் இம்மக்கள் கலையை அழியச் செய்யுமா பேணிக்காக்குமா அல்லது புதுப் பரிமாணத்துடன் நவீனமயமாக்கப்படுமா?.

■ ■ ■

குச்சுப்புடி நாட்டியத்தாரகை ரங்கா விவேகானந்தன்



கே. எஸ். பாலச்சந்திரன்
ks@thaiveedu.com

ஆடற்கலையென்றவுடன் எங்களில் பலர் பரத நாட்டியத்தை மட்டும் நினைவுக்கு கொண்டு வருகிறோம். அதனோடு எங்களுக்கு பரிச்சியம் அதிகம் அதனால்தான்.

குச்சுப்புடி, கதகளி, மோகினியாட்டம் என்றெல்லாம் நிகழ்த்தப்படும் ஆடல்வகைகளை பயிலவும், அரங்கேற்றவும், ரசிக்கவும் எங்களுக்கு பொதுவாக சந்தர்ப்பம் கிடைப்பதிலை.

ஆனால் யாழ்மாவட்டத்தில் வல்வை மண்ணில் பிறந்த ஒரு நாட்டியக்கலைஞர், பரதத்தோடு இம்மூன்று ஆடல்வகைகளையும் இந்தியாவில் சிறந்தகுருமாரிடம் கற்றுத்தேர்ந்து, இலங்கை திரும்பியபின் நிகழ்த்திய நிகழ்ச்சிகள் சிலவற்றைப் பார்க்கும் வாய்ப்பு எனக்குக் கிடைத்தது. முக்கியமாக தெய்வீக அழகும் பக்திபாவமும் பொருந்திய அவரது குச்சுப்புடி நடனநிகழ்வு என்னை மிகவும் கவர்ந்தது.

அவர்தான் ரங்கா விவேகானந்தன்.

தனது எட்டாவது வயதில் தனது முதலாவது குரு காலஞ்சென்ற கீதாஞ்சலி கே.நல்லையா அவர்களிடம் பரதம் பயின்று அரங்கேறிய ரங்கா, பின்னர் தென்னிந்தியா சென்று



பரதத்தின் நுணுக்கங்களை குரு மீனாட்சி சுந்தரம்பிள்ளையிடமும், கதகளி நாட்டியக் கலையை குரு கோபிநாத் அவர்களிடமும், மோகினி ஆட்டம் என்ற ஆடற்கலையை குரு கலாமண்டலம் நடனம் கோபாலகிருஷ்ணன் அவர்களிடமும் பயின்று, தனது சிறப்புக் கலையான குச்சுப்புடி நடனத்தை குச்சுப்புடி கலைக்கழக நிறுவனரான குரு வேம்பட்டி சின்ன சத்தியம் அவர்களிடம் உயர்நிலை மாணவியாக தேர்ந்து, "நாட்டிய விசாரத்" என்ற டிப்ளோமா பட்டத்தையும் பெற்றார்.

தென்னிந்தியாவில் ஆந்திரப்பிரதேசத்தில் குச்சிலாபுரம் என்ற கிராமத்தில் உருவாகிய தாகக் கூறப்படும், இந்த ஆடற்கலை ஆரம்பத்தில் பிராமண ஆடவர்களாலேயே நிகழ்த்தப்பட்டதாம். சித்தேந்திர யோகி என்பவர் இதை செழுமைப்படுத்தி, பெண்கள் ஆடும் வண்ணம் அமைத்து பிரபல்யப்படுத்தினார் என்கிறார்கள். நாட்டிய நாடகம் போன்ற அமைப்பில் பக்தி சார்ந்த கதைகள் சொல்லும் இந்த நாட்டியவடிவம், ஆடுபவரின் திறனால், வேறுபட்ட உணர்வுக்கோர்வைகளை பார்ப்பவர் மனதில் எளிதாக உருவாக்கும் எழில்மிகு கலையாகும்.

தனது குச்சுப்புடி நாட்டியக்குருவான வேம்பட்டி சின்னசத்யம் அவர்களுடன், இந்தியாவெங்கும் நிகழ்ச்சிகள் நடத்தி ஊடகங்களின் ஏகோபித்த பாராட்டுக்களைப் பெற்ற ரங்கா, தொடர்ந்து விசேட அழைப்புக்களின் பேரில் இங்கிலாந்து, பிரான்ஸ், இத்தாலி, ஜேர்மனி, சுவீட்சலாந்து, தென்னாபிரிக்கா, அமெரிக்கா, யூகோஸ்லாவியா போன்ற நாடுகளில் எலிசபெத் மகாராணி உள்ளிட்ட உலகப்பிரமுகர்கள், அரசியல் தலைவர்கள் பலர் முன்னிலையில் நிகழ்ச்சிகளை வழங்கியிருக்கிறார்.

தொழில்ரீதியான மேற்கத்திய "பாலே" நடனக் கலைஞர்கள் உள்ளிட்ட வேறுபட்ட நாட்டியக் கலைஞர்களுக்காக சிறப்புப் பயிற்சிப்பட்டறை-

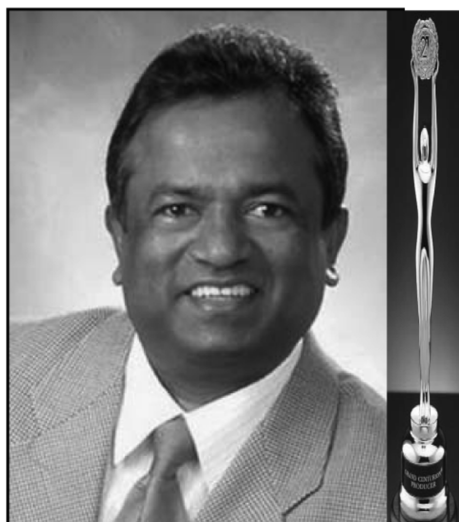
93ம் பக்கம் பார்க்க...

BUY,..SELL HOMES , BUSINESS,LANDS..

PAT Pushpakanthan 416-490 7653 (SOLD

Real Estate BROKER

#1 Agent for 7 Years



EXPERIENCE! COMMITMENT! RESULTS!

அனுபவம்! திறமை! நேர்மை!

CENTURION AWARDS '03 -'08
Top producer 7 years
Masters Hall of Fame Award





Affiliate Realty Inc.

BROKERAGE
80 Corporate Dr. Suite 208. Toronto
Off 416-290 1200

VISIT....WWW.PATPUSH.COM
email: rpushpakanthan@trebnet.com

Each office individually owned & operated *individual performance Not intended to solicit existing listing
*some condition applies ,call agent for detail ,color &shape may be different, **Market value as per mls cma decided by listing agent

Excellent Family Business brigton ontario



COTTAGE / CAMPGROUND BUSINESS

With APPX 6 acres with 10 cottages,and 20 trailor homes

1-2-3 Bedroom fully equipped Comfortable Housekeeping Cottages, Cable TV , 3 & 4 Pce. Bathrooms, Decks & Lawn chairs, Propane B.B.Q ... Bedding Provided and fully supplied kitchens, Elect heat, Municipal Water Boating,exclusive water front, Large storag D.grages

SCARBOROUGH



Detached Home under 4ook
Exellent layout

Scarborough



4 bm/ 3wsrm Beautiful&Well Maintained Home In A Cul De Sac

Scarborough/kennedy



Just Move In! Clean, Bright And Very Private End Unit. 3 Big Bedrooms Plus 2 Full Baths

Mccowan/ELLESMERE



Condo apt million dollar facilities
Close To Parks, Ttc & 401



Markham
4 bm/ 3wsrm newer home hardwood floor 9' ft ceiling, granite counter oak stairs and more immaculate codition



Open house

The Best Luxuary Clse To Steeles, Monarc's Summerdale Model Excellent Layout Monarch Home.Hardwood Floor,Oak Stairs, Double Door Entry, Demand Location Premium Corner Lot,Move In Condition,Prof. Finished Bsmt With Wood Floor And Washroom Well Kept Home By 2 Nd Owner, Super Location - Close To Amenties - Schools, Public Transit



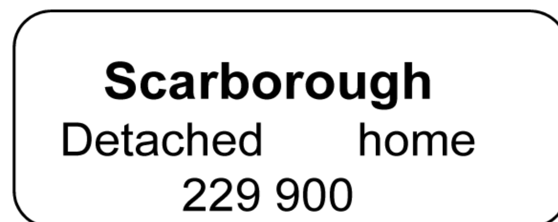


Brimley/ steeles











BOOK NOW !!!
DOWN.town
toronto



Markham



3 BM/ 3 WSRM
Bright And Spacious Home Close To Public Transit, Schools, And Highway 407









Business
Cafetaria In office building

9 houses available
Power of sale

CONDOS FOR SALE

Scarborough	3 bdrm condo apt. fr Sale Price :$159 800
Mccowan Ellesmere	2/3 bdrm condo apt. frSale Price :frm $179000

ஆழத்து முத்துக்கள்...

குச்சுப்புடி நாட்டியத்...

90ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

கள் நடாத்தவும் ரங்கா அழைக்கப்பட்டிருக்கிறார்.

இத்தாலியில் ஸ்போலெற்றோ என்ற நகரில் நடைபெற்ற "இரண்டு உலகங்களின் நாட்டிய விழா", ஜெர்மனியில் பொன் நகரிலும், இத்தாலியில் அங்கோனா நகரிலும், குரோசியா நாட்டிலும் நடைபெற்ற சர்வதேச நாட்டியவிழாக்களில் இந்திய நடனக்கலையை பிரநிதித்துவப்படுத்தும் வகையில் நடனமாட ரங்காவை அழைத்திருந்தார்கள்.

பின்னாளில் இவ்வாறு உலகப்பிரசித்திபெற்ற இந்தக்கலைஞரின் ஆரம்பகாலத்தில் வழங்கிய ஒரு குச்சுப்புடி நாட்டிய நிகழ்ச்சியில் நானும் சம்பந்தப்பட்டது ஒரு மறக்கமுடியாத அனுபவம்.

ரங்கா அப்போதுதான் இந்தியாவில் படித்து விட்டு இலங்கை திரும்பியிருந்தார். அவரது தந்தையாரான விவேகானந்தனும், எனது பெரியதந்தையாரான பொன்னையாவும் நெருங்கிய நண்பர்கள். அந்த நட்பின் அடிப்படையில், எங்கள் கிராமமான கரவெட்டி கிழக்கில் உள்ள விநாயகர் ஆலயத்தில் ரங்காவின் குச்சுப்புடி நடன நிகழ்வொன்றை நடாத்துவதற்கு சம்மதித்தார்கள்.

இருபது வயதிற்கு அண்மித்த எனது இளமைக்காலத்தில் அந்த நிகழ்ச்சிக்கு தொகுப்பாளனாக அமையும் வாய்ப்பை பெரியப்பா எனக்கு தந்தார். எனக்கு மிகுந்த சந்தோசம்.

ரங்காவின் குச்சுப்புடி நடனத்திற்கான பாடல்கள் யாவையும் தென்னிந்தியாவிலிருந்தே பதிவுசெய்து கொண்டு வந்திருந்தார்கள். எல்லாமே தெலுங்குப்பாடல்கள். ஆனால் அவற்றுக்கான விளக்கத்தை தமிழில் வைத்திருந்தார்கள்.

ஒவ்வொரு நடனத்தின் முன்னதாக, அந்த விளக்கங்களை சுவைபட சொல்லிவைத்தேன். கலைஞனாக வரவேண்டுமென்ற ஆசை துளிர்விட்டுக்கொண்டிருந்த காலம். எனவே சந்தர்ப்பத்தை நன்றாக பயன்படுத்திக்கொண்டு விளக்கங்களை நாடகபாணியில் ஆனால் மிகையில்லாமல் வழங்கியதாக ஞாபகம்.



அத்தோடு ரங்கா கொழும்பிலும், கண்டியிலும் நடாத்திய இரண்டு நாட்டிய நிகழ்ச்சிகளுக்கு என்னை 'நிகழ்ச்சித் தொகுப்பாளனாக" அழைத்து சந்தோசப்படுத்தினார்கள். எல்லாவற்றுக்கும் மேலாக, ரங்காவின் மிகச் சிறந்ததோர் நடனநிகழ்வை அண்மையில் நின்று பார்க்கவும், அதில் சிறிதளவேனும் என்பங்கும் இருக்க நேர்ந்ததும் சந்தோசமான நினைவுகளாயின.

இசையைப்போலவே, நடனத்திற்கும் பூகோள எல்லைகளோ, இனங்களின் பிரிவுகளோ தடையாகவிருப்பதில்லை என்பார்கள். இந்தக் கலைவடிவங்களைப் பொறுத்தவரையில் அனேகமான சுவர்களெல்லாம் இடிந்து போய் விடுகின்றன. கலை பலரையும், பல இனங்களையும், பல நாடுகளையும் இணைத்து ஒன்றாக்கும் சக்தி வாய்ந்தது.

இந்த கருத்தின் அடிப்படையில் ரங்கா விவேகானந்தன் தொடரந்தும் தன் கலைப் பணியில் இயங்கிக்கொண்டிருக்கிறார். அதுவும் கீழைத்தேய கலையின் பரிச்சியமே இல்லாத தென் அமெரிக்காவின் ஆர்ஜென்ரீனா நாட்டில் வாழ்ந்து கொண்டு "ஆனந்தராஜம்" என்ற பெயரில் இந்த நாட்டின் முதலாவது இந்திய நாட்டிய, இசைப்பள்ளியை நிறுவி நடத்தி வருகிறார்.

ஸ்பானியமொழி பேசும் சிறுமிகளும், இளம் பெண்களும், தென்னிந்தியபாணி நடன ஆடையலங்காரங்களுடன், குச்சுப்புடி நடனங்களை இவரது நெறியாள்கையில் பயின்று அரங்கேறி வருகிறார்கள். மொழிபுரியாவிடினும், இசையினாலும், ஆடற்கலையின் அழகினாலும் கவரப்பட்ட அந்நாட்டுப் பெற்றோர்கள் தங்கள் பிள்ளைகளை ஒரு புதிய கலைவடிவத்தில் பயிற்சிபெற ரங்காவின் "ஆனந்தராஜம்" நடனப்பள்ளிக்கு மகிழ்வுடன் அனுப்பிவருகிறார்கள்.

கனடா, இலங்கை, அவுஸ்திரெலியா, ஜேர்மனி, ஐக்கிய அமெரிக்கா போன்ற நாடுகளில் அவரிடம் பயின்று அரங்கேறியவர்கள் அந்த பாரம்பரியத்தை தொடர்ந்தும் பரப்பிவருகிறார்கள். இவர்களோடு ஆர்ஜென்ரீனா நாட்டிலிருந்து சில்வியா றிஸ்ஸி, லியோனாரா பொனெற்றோ, நேற்றாலியா சல்காடோ என்ற பெயர்களும் வெகுசீக்கிரத்தில் இணைந்து கொள்ளப்போகின்றன.

"மிகுந்த அழகுடன் காந்தம் போல பார்ப்பேரைக் கவரும் நாட்டியபாணி இவருடையது" என்று லண்டன் ரைம்ஸ் நாளேடு இவருடைய நாட்டிய நிகழ்ச்சி பற்றி கூறியிருக்கிறது.

இப்படி எண்ணிலடங்கா பாராட்டுக்களை உலகெங்கிலிருந்தும் தனதாக்கிக்கொண்ட நாட்டியத்தாரகை ரங்கா விவேகானந்தன் எங்கள் மண்ணுக்கு சொந்தமானவர் என்று நாங்கள் நிச்சயமாய்ப் பெருமைப்பட்டுக்கொள்ளலாம்.

இறுதியாக ஒரு தகவல், நீச்சல்வீரர் நவரத்தினசாமியின் அடியொற்றி பாக்குநீரிணையை நீந்திக்கடந்து, வேறு பலசாதனைகளை நிறுவி, ஆங்கிலக்கால்வாயை நீந்திக் கடக்கும் முயற்சியில் இறப்பைத்தழுவிக்கொண்ட "ஆழிக்குமரன்" ஆனந்தன், ரங்காவின் உடன்பிறந்த சகோதரனாவார்.



ஒவ்வொரு கிராமத்திலும் பல கலைஞர்கள் வாழ்ந்திருக்கின்றார்கள். அந்தந்தக் கிராமத்தின் வளர்ச்சிப் பணிகளிலும் முன்னேற்றத்திலும் இவர்களின் பங்கு அழப்பரியது. ஆனால் சந்தர்ப்பம் சூழ்நிலை அவர்களை உலகறியத் தவறிவிட்டது. கலைஞர்கள் நாட்டின் விடியலுக்காய் உழைப்பவர்கள். எங்கள் கிராமத்தின் வளர்ச்சிக்கு ஊன்றுகோலாய் வாழ்ந்தவர்கள். எம் ஈழத்துக் கலைஞர்களை நாம் கௌரவிப்போம், நினைவுகூர்வோம், உலகறியச் செய்வோம்.

உங்கள் கிராமத்தின் ஒவ்வொரு கலைஞர் பற்றிய விபரங்களையும் அவர்களுடைய புகைப்படங்களுடன் உங்களுடைய பெயர், தொலைபேசி இலக்கம், புகைப்படம் மற்றும் மின்னஞ்சல் முகவரியையும் தாய்வீட்டிற்கு அனுப்பிவையுங்கள்.

Editor
P.O.Box #63581
Woodside Square
1571 Sandhurst Cir.
Toronto, ON. M1V 1V0

Fax : 416.849.0594
E-mail : info@thaiveedu.com



ஆயுட் காப்புறுதியும் நிதித் திட்டமிடலும்

Life Insurance & Financial Planning


சிறீதரன் துரைராஜா
- ஆயுட் காப்புறுதி முகவர் -

மருத்துவ பரிசோதனை இல்லாமல் 85 வயது வரை காப்புறுதி செய்ய முடியுமா? காப்புறுதி செய்து கொண்டால் பணம் கிடைக்குமா? இப்படியான காப்புறுதித் திட்டங்கள் பெற்றுக் கொண்டால் ஒருவர் மரணம் அடைந்ததும் காப்புறுதி நிறுவனம் காப்புறுதித் தொகை-யை கொடுப்பார்களா? அல்லது குறிப்பிட்ட காலத்தின் பின்புதான் பணம் கிடைக்குமா? இப்படியான பல சந்தேகங்களால் பலரும் ஆயுட்காப்புறுதியை பெற்றுக்கொள்வதில் அச்சமடைகின்றார்கள்.

மருத்துவ பரிசோதனை இல்லாத காப்புறுதி பெற்றுக்கொள்ளும்போது கவனிக்க வேண்டிய முக்கிய விடயம்:

எந்த காப்புறுதியைப் பொறுத்த வரைக்கும் மிக முக்கியமான நிபந்தனை பொய் சொல்லக் கூடாது. பொய் சொன்னால் பொரியும் கிடையாது என்பது போல் ஆயுட் காப்புறுதி பெறும் போது பொய்யான தகவல்கள் கொடுப்பதை தவிர்க்க வேண்டும்.

மருத்துவ பரிசோதனை இல்லா காப்புறுதி; ஒருவர் சாதாரணமாகப் பெறக்கூடிய காப்புறுதி பெற்றுக்கொள்ள முடியாத கட்டத்தில் மட்டுமே உகந்த திட்டமாகும். அதேவேளை, சாதாரண மருத்துவ பரிசோதனைகளுடன் கூடிய காப்புறுதித் திட்டம் மாதாந்தக் கட்டணம் குறைவானதாக இருக்கும்; ஒப்பிடும் போது

மருத்துவ பரிசோதனை இல்லாமல் பெற்றுக் கொள்ளக்கூடிய காப்புறுதித் தொகை ஒவ்வொரு காப்புறுதி நிறுவனத்திற்கும்; ஒரு கட்டுப்பாட்டுக்குள் அடங்கி அதிகூடிய தொகை நிர்ணயிக்கப்பட்டிருக்கும். ஒரு நிறுவனத்தில் இருந்து கூடிய தொகை $50,000 மட்டுமே பெற்றுக்கொள்ள முடியும். அத்துடன் சில நிபந்தனைகளுக்கு கட்டுப்பாட்டு $100,000 டொலர் வரை பெறக்கூடிய திட்டங்களும் உள்ளது.

இவ்வளவு காலமும் 80 வயதுக்குட்பட்டவர்கள் மட்டுமே ஆயுட்காப்புறுதி மருத்துவப் பரிசோதனை இல்லாமல் பெறக்கூடியதாக இருந்தது.

தற்போது 85 வயதுக்குட்பட்ட அனைவரும் மருத்துவ பரிசோதனைகள் எதுவும் இல்லாமல் 50,000 டொலர் வரை ஆயுட் காப்புறுதி பெற முடியும். இந்த வசதியை ஒரே ஒரு ஆயுட்காப்புறுதி நிறுவனம் மட்டும் தற்போது அறிமுகப்படுத்தியுள்ளது. அத்துடன் நீரிழிவு நோயால் பாதிக்கப்பட்டு இன்சுலின் பாவிப்பவர்களும் இத்திட்டத்தை பெற்றுக்கொள்ள முடியும்.

அதேவேளை இந்தத் நிறுவனத்தின் ஆயுட் காப்புறுதித் திட்டம் காப்புறுதி விண்ணப்பப் படிவம் பூர்த்தி செய்த நாளில் இருந்து செயல்படும். நீரிழிவு நோயால் பாதிக்கப்பட்டு (Diabetic - Insulin) ஊசி போடுபவர்கள் கூட காப்புறுதி பெற்றுக்கொள்ள முடியும். வேறு நிறுவனங்களில் இந்தச் சலுகை இது வரை இல்லை.

மருத்துவ பரிசோதனை இல்லாத திட்டங்கள் பெற்றுக்கொள்ளும் போது காப்புறுதி நிறுவனம் மருத்துவ பரிசோதனை எதுவும் செய்யப்போவதில்லை. ஆனால் விண்ணப்பப் படிவத்தில் மருத்துவம் சம்பந்தமான சில கேள்விகளை பூர்த்தி செய்யவேண்டியிருக்கும். இதற்கு தவறான அல்லது பொய் தகவல்கள் கொடுத்தால் (Death Benefit) காப்புறுதிப் பணத்தை மீளப் பெறும்போது நிராகரிக்கப் படுவார்கள். எனவே காப்புறுதி விண்ணப்பத்தில் கேட்கப்படும் கேள்விகளுக்கு சரியான பதில், உண்மையான தகவல்கள் கொடுக்கப்பட வேண்டும்.

காப்புறுதி நிறுவனங்கள் மருத்துவ பரிசோதனை இல்லாத காப்புறுதித் திட்டத்திற்கு விண்ணப்பிக்கும் போது நீங்கள் கொடுக்கும் தகவல்கள் உண்மையானதா அல்லது பொய்யானதா என்று பரிசீலனை செய்வதில்லை. ஆனால் ஒருவரின் மரணத்திற்கு பின்பு காப்புறுதிப் பணத்திற்கு மனுச் செய்யும் பொழுது விண்ணப்பத்தில் கூறிய தகவல்கள் சரியானதா என்று பார்ப்பார்கள். அதில் தவறுகள் இருந்தால் காப்புறுதிப் பணம் நிராகரிக்கப்பட்டு கட்டிய பணம் மட்டுமே கிடைக்கப்படும்.

> “ மருத்துவ ரீதியாக ஏதாவது பாதிப்புக்கள் அல்லது வருத்தங்கள் உள்ளவர்கள் வைத்திய பரிசோதனை இல்லாத காப்புறுதித் திட்டம் ஒன்றை முதலில் பெற்றுக்கொண்ட பின்பு சாதாரண மருத்துவ ரீதியான திட்டத்திற்கு விண்ணப்பிப்பது சாலச்சிறந்தது. ”

எல்லாக் காப்புறுதி நிறுவனங்களும் மருத்துவ பரிசோதனை இல்லாத திட்டங்களை வழங்குவதில்லை. சில குறிப்பிட்ட நிறுவனங்கள் மட்டுமே இத்திட்டத்தை கொடுக்கின்றார்கள். சாதாரணமாக வைத்திய பரிசோதனைகள் செய்து காப்புறுதி பெறக்கூடியவர்கள் எந்த காப்புறுதி நிறுவனத்திலும் விண்ணப்பிக்க முடியும். ஆனால், ஏதாவது ஒரு நிறுவனம் காப்புறுதி தருவதற்கு நிராகரித்தால் பின்பு அந்தத் தகவல் எல்லாக் காப்புறுதி நிறுவனங்களுக்கும் தெரிய வாய்ப்பு இருக்கின்றது. காரணம் (MIB) Medical Information Bureau இல் காப்புறுதிக்கு விண்ணப்பித்த ஒவ்வொருவரினதும் மருத்துவத் தகவல்கள் பதிந்து வைக்கப்படும். எனவே காப்புறுதி நிறுவனங்கள் அனைத்தும் இந்த அலுவலகத்தில் (MIB) இருந்து எல்லோருடைய மருத்துவத் தகவல்களையும் பெற்றுக்கொள்ள முடியும்.

ஒருவர் காப்புறுதிக்கு விண்ணப்பிக்கும் போது, வைத்திய பரிசோனைக்குட்பட்டு தகுதிபெற முடியுமா என்பதை கவனத்தில் கொண்டு விண்ணப்பிக்க வேண்டும். காப்புறுதி நிராகரிக்கப்பட்டால் பின்பு வைத்திய பரிசோதனை இல்லாத காப்புறுதித் திட்டம் இரண்டு வருடங்களுக்குப் பின்பு தான் பெறமுடியும்.

மருத்துவ ரீதியாக ஏதாவது பாதிப்புக்கள் அல்லது வருத்தங்கள் உள்ளவர்கள் வைத்திய பரிசோதனை இல்லாத காப்புறுதித் திட்டம் ஒன்றை முதலில் பெற்றுக்கொண்ட பின்பு சாதாரண மருத்துவ ரீதியான திட்டத்திற்கு விண்ணப்பிப்பது சாலச் சிறந்தது.

சில காப்புறுதி நிறுவனங்களில் வைத்திய பரிசோதனை இல்லாத காப்புறுதித் திட்டங்கள் எதுவும் இல்லை. எனவே அந்த நிறுவனங்கள் பொதுவாக மருத்துவ பரிசோதனையுடன் கூடிய காப்புறுதித் திட்டத்தையே விண்ணப்பம் செய்யும். அந்தத் திட்டம் நிராகரிக்கப்பட்டால் நீங்கள் இரண்டு வருடங்களுக்கு வைத்திய பரிசோனை இல்லாத காப்புறுதியைப் பெறும் வாய்ப்பை இழக்கின்றீர்கள். அப்படி ஒரு காப்புறுதியைப் பெற்றுக் கொண்டாலும் முதல் இரண்டு வருடங்களுக்குள் மரணம் ஏற்பட்டால் காப்புறுதித் தொகை பெறமுடியாது. கட்டிய பணம் மட்டுமே திரும்பக் கிடைக்கும். இதனால் வயதானவர்கள் மிகவும் பாதிக்கப்படுவார்கள்.

பெரும்பாலான காப்புறுதி நிறுவனங்கள் வைத்திய பரிசோதனை இல்லாத காப்புறுதிக்கு விண்ணப்பிக்கும் போது கவனிக்கும் மருத்துவ ரீதியான கேள்விகள் சில பின்வருமாறு.

- கடந்த இரண்டு வருடங்களுக்குள் நீங்கள் ஏதாவது காப்புறுதி நிறுவனத்தால் நிராகரிக்கப்பட்டு இருக்கிறீர்களா?
- தற்போது ஒரு வைத்தியசாலையில் அல்லது நோயாளிகளுக்கான வதிவிடத்தில் தங்கியுள்ளீர்களா?
- இருதய நோய், மாரடைப்பு, புற்றுநோய் போன்ற கொடிய நோய்கள் ஏதும் இரண்டு வருடத்திற்குள் ஏற்பட்டதா?

இந்தக் கேள்விகளில் ஏதாவதொன்றுக்கு ஆம் என்று பதில் அளித்தால் அவர்கள் வைத்திய பரிசோதனை இல்லாத காப்புறுதி தகமை அற்றவர்கள். எனவே நீங்கள் விண்ணப்பப் பத்திரம் பூர்த்தி செய்யும் போது அதில் உள்ள கேள்விகளுக்கு சரியான உண்மையான தகவல்களை கொடுக்க வேண்டும்.

ஆங்கிலம் தெரியாதவர்கள் ஆங்கிலம் தெரிந்தவர்கள் மூலம் அந்தக் கேள்விகளை நன்கு வாசித்து வழங்கிப் பூர்த்தி செய்ய வேண்டும். காப்புறுதி முகவர் மூலம் விண்ணப்பத்தை பூர்த்தி செய்தாலும் நீங்கள் தான் அதில் கொடுக்கும் தகவல்களுக்கு பொறுப்பாளிகள்.

வைத்திய பரிசோதனை இல்லாத காப்புறுதித் திட்டம் சரியான தகவல்களுடன் விண்ணப்பித்தால் காப்புறுதிப் பணத்தைப் பெறுவதில் எதுவித பிரச்சினைகளும் இருக்காது.

sritharan.t@thaiveedu.com







இம்மாதப் புகைப்படக் கலைஞர்

ஜீவா திசைராஜா

கனடா ஸ்காபரோவில் வதியும் எழுத்தாளரும் ஆசிரியருமான இவர் தனது ஓய்வு நேரங்களில் புகைப்படத்துறையிலும் ஆர்வம்காட்டி வருகின்றார்.

உங்களிடம் (நீங்கள் எடுத்த) அழகான புகைப்படங்கள் இருக்கின்றனவா? அவற்றை நாங்கள் பிரசுரிக்க விரும்புகிறோம்.

புகைப்படம் எடுத்தவரின் பெயர், விலாசம், தொலைபேசி இலக்கம், மின்னஞ்சல், புகைப்படம், எடுக்கப்பட்ட காட்சி அல்லது எடுக்கப்பட்டவருடைய விபரங்கள் என்பவற்றுடன் நீங்கள் எடுத்த புகைப்படத்தையும் அனுப்பிவையுங்கள். அவை இந்தப் பகுதியில் பிரசுரமாகும்.